АНДРЕЙ САВЕЛЬЕВ

БУСИДО
И РУССКИЙ ПУТЬ



Книга известного политика и ученого Андрея Савельева посвящена его пути освоения боевыми искусствами, некоторым техническим и философским аспектам изучения и применения боевых искусств. Книга будет полезна и интересна как начинающим заниматься каратэ и другими видами единоборств, так и специалистам.

При оформлении обложки использованы изображения бронзовых изделий компаний «Русь Великая» и «Бронзовое чудо».

Оглавление

От автора 5

До и после каратэ 11

Поиски приложения сил 11

Самбо 12

Вольная борьба 15

Еще раз самбо 18

Мой марафон 24

Остросюжетная политика 32

Бюрократия против каратэ 46

Методики каратэ 51

Ударная техника: принципы и элементарные комбинации 51

Движение и ритм 51

Проникающие удары 54

Короткие и хлесткие удары 56

Провоцирующие действия 58

Элементарные комбинации ударов ногами и руками 59

Техника и тактика в кумитэ 70

Общие сведения о кумитэ 70

Техника в кумитэ 74

Контратакующие действия 81

Борцовская техника в кумитэ 83

Тактика кумитэ 88

Переживания и размышления 95

Самооборона от человека с ножом 104

Имитация и жизнь 104

Шокирующие удары и болевые приемы 105

Некоторые принципы 107

Угрозы ножом 109

Удары ножом и их отражение 120

Как не надо делать 136

Некоторые дополнительные замечания 140

Коротко об основах ножевого боя 142

Упражнения с мечом 146

Общие трансформации ката для катаны 146

Разнообразие форм исполнения бункай 147
Хэйян-шодан 149
Хэйян-нидан 151
Хэйян-сандан 153
Хэйян-сандан 155
Хэйян-годан 157
Бассай-дай 159
Ганкаку с двумя мечами 159
Двуручный меч и упражнения на разрубания 162
Упражнения с нунчаку 165
Упражнения с палкой 172
Бусидо и русский путь 175
Гордость Востока перед дикостью Запада 176
Сказочные герои японцев 181
Задира Миямото Мусаси 183
Герои резни в Эдо 184
Мятежный герой Сайго Такамори 187
Дикая повседневность самурая 189
Символизм и искусство меча 191
Этика самурая 195
Отношение к смерти 197
Месть и победа, долг и честь 199
Долг службы 201
Знание или умствование 203
Вместе и недалеко от христиан 205
О единоборствах 207
Православие и восточные боевые искусства 211
Не сотвори себе кумира. Не сотвори себе пугала 211
Синтоизм на замену боевым искусствам? 213
Православие и война 215
Фактор меча 218
Спаси и сохрани! 222
Помни о смерти 225
Заключение 228

От автора

Год занятий каратэ (боксом, дзюдо и так далее – на выбор) – и вы чувствуете себя уверенней в любой конфликте, три года занятий – и вы точно знаете, что в любой ситуации сумеете постоять за себя и за других, десять лет занятий – и боевые искусства для вас становятся образом жизни, частью самосознания, второй профессией.

Эта книга в основном про каратэ. Но не только. Она – про то измерение жизни, которое доступно всякому, но не всякий имеет счастье сохранить его в течение всей жизни. Обобщенно можно сказать, что это «агон» - дух состязательности, который в юные годы толкает человека к соперничеству с другими, а в зрелые – к самопознанию и борьбе со своими немощами и недостатками.

Написав два десятка монографий на разные темы и отдав боевым искусствам без малого два десятка лет, я всегда мечтал обобщить свои записки о боевых искусствах, обработав те материалы, которые готовились перед квалификационными экзаменами или писались к случаю – в разного рода дискуссиях. Полезность такой книги для читателя, увлеченного боевыми искусствами, обусловлена тем, что это не наставления о-сэнсэя, шихана. Мои достижения в шотокан-каратэ-до ограничены другими занятиями, которые были в жизни более важными – наукой и политикой. Тем не менее, определенный уровень, достигнутый мной, позволяет многое сказать, не взваливая ответственность на учителей, который должны, с одной стороны, сказать о каратэ что-то более глубокое и важное, а с другой – быть хранителями таинства, которое постигается только в условиях постоянных занятий боевыми искусствами и невыразимое в словах. Овладеть каратэ по книгам невозможно. Но книга может возбудить интерес к каратэ. Который будет поддержан только усилиями настоящих мастеров, наших учителей-сэнсэев.

Мне довелось заниматься у замечательных мастеров, способных наполнять смыслом тренировки, которые в иных случаях могли показаться скорее ремеслом. Их достоинства оттеняли недостатки других мастеров, которых мне доводилось наблюдать. Одни из них относились к боевым искусствам как к рутине, другие – как к способу доминировать, демонстрируя свое превосходство над учениками, третьи напускали мистического тумана.

Начало моих занятий каратэ происходило под руководством Сергея Васильевича Полушина, который в то же самое время тренировал и моих сыновей. Затем постижений искусства каратэ продолжилось под руководством Михаила Николаевича Степина и Елены Михайловны Степиной. Среди моих учителей я должен также упомянуть Владимира Николаевича Дьякова, у которого я научился основам айкидо, и Юрия Константиновича Вдовина, давшего мне важные советы по искусству обращения с мечом и позитивно оценившего мои собственные разработки.



Сергей Полушин
Михаил Степин
Елена Степина

Владимир Дьяков
Юрий Вдовин

Как своих учителей я должен упомянуть и многолетних спарринг-партнеров Валерия Чистякова и Андрея Заварзина.



После сдачи на "черный пояс" 1 дан (2009)

Размышление о каратэ имеет что-то общее с каратэ, когда сопровождается занятиями – регулярными и упорными тренировками. Мне запомнился один «фанат каратэ», который в переписке по электронной почте упоенно рассказывал, как он придет тренироваться и как уже купил себе каратэги («кимоно»), оделся как на тренировку и сидит теперь перед монитором компьютера, выспрашивая в электронной переписке о разных тонкостях и пытаясь увидеть свое славное будущее в боевых искусствах. Этот человек так никогда и не пришел в додзё. Он лишь предвкушал.

Это крайний случай. Множество людей проходит через спортзал, чтобы лишь коснуться каратэ, и бросить тренировки либо ради каких-то других развлечений, либо от затянувшегося наступления ожидавшихся результатов. Что ж, каждому свое. Не всякому боевые искусства привлекают на многие годы.

Боевым искусствам учатся не по книга. Книга – лишь подкрепляющий мотив для начала или продолжения занятий. Одних заинтересуют разные истории в духе «каратэ и жизнь», других – некоторые методики, которые доступны с определенного уровня квалификации, третьим – некоторые наблюдения в связи с боевыми искусствами, а также философские подходы к осмыслению каратэ. Автор лишь делится своими соображениями, которые возникли не на пустом месте, и во многом обусловлены общением с моими учителями и партнерами по занятиям в додзё. При этом никто не обязан соглашаться со мной или принимать некоторые мои разработки как истину в последней инстанции.

Хотелось бы привлечь внимание не столько специалистов (хотя и для них в книге найдется немало интересного), сколько начинающих заниматься каратэ. Для каждого из них каратэ может стать как частным эпизодом жизни,

так и частью судьбы. Лишь для единиц каратэ - это призвание и профессия. У каждого из таких исключительных личностей есть свой собственный Путь, который лишь в чем-то пересекается с путями других мастеров и любителей каратэ.

Как автору, мне важно, чтобы читателю захотелось «быть в форме» (этот термин многократно использовал в своих философских трудах Освальд Шпенглер – один из самых ярких мыслителей XX века). В том состоянии, которое делает спортсмена бодрым, подтянутым и невозмутимым в любых обстоятельствах. И готовых к напряжению тела и воли. Нет, речь не о профессионалах, которые за гонорары участвуют шоу, которое теперь называется «большой спорт» или «профессиональный спорт». Меня привлекает именно спорт «любительский» – но спорт, а не то, что неверно называется «физкультура» и ограничивается лишь утренней зарядкой, воскресными лыжными прогулками, дворовым футболом или фитнессом. Это тоже неплохо, но речь о другом – о стиле жизни, в котором есть постоянное место для физических нагрузок. Каратэ – одно из лучших занятий такого типа, им можно заниматься всю жизнь.

Беда, когда нация состоит из зрителей. Именно поэтому я не люблю зрелищные виды спорта, среди которых выделяется футбол – совершенно чужая для меня спортивная дисциплина. Я могу понять, когда зрители наблюдают за состязаниями, будучи сами посвященными в его детали и имеющими какую-то квалификацию. Но вот эти толпы, находящиеся совершенно «не в форме», что-то орущие с трибун, мне совершенно непонятны и даже неприятны. Они не имеют никакого отношения к спорту, ничего не понимают в том зрелище, на котором растравливают свои чувственные пороки. Ничего полезного от своих созерцаний и воплей они не получают. Разве что иллюзию общности в «болении» - действительно болезненном состоянии психики.

Физические напряжения, а не «боление» на трибунах, – вот что психику оздоровляет. Мне лично довелось на практике заметить, как «рассасываются» тяжелые мысли, накопившиеся за несколько дней, когда в додзё ты стряхиваешь с себя все напластования обид и раздражений. Позднее в книге известного ученого Татьяны Бехтеревой я прочел о том, что физические нагрузки, движения, действительно, рассеивают патогенные возбуждения, возникающие в мозгу. Человек естественным путем забывает неприятное («утро вечера мудренее»), но современная жизнь настолько насыщена стрессами, что природные механизмы могут не справиться со своей задачей. Точно так же, как они не справляются с проблемами, возникающими от гиподинамии – мы слишком мало двигаемся, а потому и страдаем различными психическими расстройствами, не говоря уже о разного рода болезнях, делающих обездвиженного человека развалиной почти сразу, как только молодость минет.

Спорт связан с соревнованиями, и «агон» (как древние греки называли повсеместную состязательность и конкуренцию, пронизывающую их жизнь) – свидетельство избыточности жизненных сил. Кто не испытывал

вдохновения от состязаний, тот лишен чего-то очень важного, обделен в своей жизни. Наслаждаясь своим телесным комфортом, который наступает при относительно здоровом образе жизни и в результате необременительный нагрузок, такой человек выпадает из той части нации, которая пребывает «в форме». Форму можно почувствовать, только преодолевая свои возможности, опережая или стремясь опередить других. А еще важнее – преодолевая самого себя. Каратэ дает и то, и другое. При достаточно жесткой регламентации поединков (что разумно, и об этом разговор впереди) – это состязание с другими, при беспрерывном совершенствовании в формальных упражнениях – это сосредоточение на собственном состоянии и преодоление своих недостатков.

Спорт требует преодоления телесных кондиций, выхода за пределы телесного комфорта. А это значит - напряжение духовных сил, подчиняющих себе тело. В физкультуре, напротив, любой телесный дискомфорт означает сигнал к прекращению занятий. Физкультура хороша для поддержания физического тонуса в рамках сложившихся кондиций, спорт – для поддержания духовного тонуса, который служит опорой не только физической форме, но и общим ориентациям человека в жизни – «агональной» неуступчивости негативным обстоятельствам, упорству в достижении поставленных целей, высоким требованиям, прежде всего, к самому себе.

Есть, конечно, и совершенно извращенные формы спорта, которые уродуют душу, создавая из людей живые манекены, как это происходит, например в бодибилдинге. Но это не может служить оправданием для тех, кто перестает контролировать свои жизненные привычки и превращает тело в оплывший, неряшливый кусок протоплазмы. Как отмечал крупнейший русский философ Алексей Федорович Лосев, «тело – не просто выдумка, не случайное явление, не иллюзия только, не пустяки. Оно всегда проявление души, ее след. В каком-то смысле сама душа». Мы помним: в здоровом теле – здоровый дух. Верно скорее обратное утверждение: здоровый дух создает здоровое тело, которое находится «в форме».

Физические упражнения становятся частою духовного воспитания, когда они носят спортивный характер – то есть, переступают через физический комфорт и дают чувство победы, прежде всего, над собой. Слово «спорт» в русском языке созвучно слову «спор». Это может быть «спор» с другими, а может – с самим собой.

Обоснованны претензии к спортивной политике государства, которое делает ставку только на спорт высших достижений, на поддержку лишь профессиональных спортсменов, своими победами поддерживающих престиж страны. Действительно, отсутствие массового спорта не может быть компенсировано никакими успехами в международных соревнованиях. В этом случае нация сидит на трибунах и у телевизоров, забывая саму себя в тех иллюзиях, которые разыгрывают для нее организаторы спортивных теле-шоу. Это картина гибели. Ведь нации остается лишь чувство сопричастности к победам других, но такой сопричастности, в которой нет никакой памяти о

самих себе, никакого личного вклада. Личный опыт борьбы, преодоления, победы в ней отсутствует. А это значит, что жизненные испытания переносятся куда труднее – как каждым частным лицом, так и нацией в целом.

Уничтожение доступности спортивных сооружений, превращение их в рынки и офисы, ликвидация бесплатных детских секций, развал школьного и студенческого спорта, тотальная коммерциализация любительского спорта – все это пытались компенсировать успехами «большого спорта». Оказалось, что высшие достижения стали вымученными, спортсмены – чужими, живущими преимущественно за рубежом, командный дух пошел на спад, спорт стал больше напоминать шоу со всеми его обманками и зрелищными эффектами. Вред «большого спорта» - в том, что выставили напоказ образцовую группу, за которой нет ничего, пустота. Сбросить бюрократический нарост, источающий ложь о состоянии «тела» нации, о ее спортивном уровне – важнейшая задача. Без массового спорта Россия могла прожить, когда массовым был физический труд. Теперь без спорта мы никак не можем сохранить себя такими, какими нас создал Бог – по Его образу и подобию. А без массового занятия боевыми искусствами и спортивными единоборствами мы не сможем ни поддержать воинский дух нации, ни воспитать гражданина, который устроит и защитит свое государство так, чтобы жить достойно и видеть свою страну среди мировых лидеров.

До и после каратэ

Не стоит считать, что боевыми искусствами называется только то, что занимает всю жизнь, не оставляя в ней ничего более. Мол, все или ничего. Либо ты мастер экстра-класса, либо отойди в сторону и не мешай другим делать умный вид и занимать величественные позы. Любой человек с любыми кондициями может заниматься боевыми искусствами и получать от этого реальную пользу для своего физического и душевного состояния. Уникальными образцами мужества мы восхищаемся, когда видим борца, который продолжает совершенствоваться в своем виде спорта, несмотря на отсутствие ног. Или на колясочников, увлеченно играющих в баскетбол. В странах, где каратэ рассматривают как нечто полезное для нации, существуют целые методики занятий с инвалидами.

Жизнь есть и до, и после каратэ. Кто-то идет к каратэ своим путем, кто-то оставляет каратэ и уходит в сторону, кто-то вообще минует каратэ. В этой главе я хочу рассказать о том «агональном» духе, который сложился у меня до каратэ и который посредством каратэ укрепился в моей жизни.

Поиски приложения сил

В отличие от тех молодых людей, с которыми я сталкиваюсь в зрелых годах, моя собственная судьба в юности была сплошным «агоном» - состязанием и в спортивных дисциплинах, и в учебе. Чем-то надо было быть, особенно на глазах у сверстников. Не скажу, что я был каким-то отчаянным «агонистом», скорее наоборот. Состязательность в моей юности была скорее увядающей традицией. Для властей разного рода любительские соревнования были строкой отчетности. Вялость власти передавалось обществу, которое все скептичнее относилось к спорту, к физическим нагрузкам вообще. Тем не менее, духом соревновательности была пронизана атмосфера моего детства и моей юности – 70-х-80х годов XX века.

В пионерском лагере мы день напролет играли в настольный теннис – плохими ракетками на плохих столах. Мы до умопомрачения играли в шахматы, хотя не были вовсе знакомы с шахматной теорией. И когда проходили соревнования, неказисто организованные пионерским начальством, мы даже не думали отлынивать – участвовали все.

Одна из моих детских агональных неудач – успех в соревнованиях на стометровке, которые я выиграл, но не был оценен. Все меня поздравляли с победой, но когда пришло время вручать грамоты (принято было делать это не в конце соревнований, а в конце смены, когда все готовились разъезжаться по домам), мой результат куда-то пропал, и грамоту получил другой мальчишка. Сотоварищи посмотрели на меня с недоумением, а я слегка обиделся, но даже не подумал качать права. Слишком незначительным был этот эпизод. Да и одно дело – выиграть соревнования, и совсем другое – получить за это славу. Слава – это дело взрослых, не нашего детского ума. Так, вероятно, я рассуждал, не рискуя включаться в соревнование при

раздаче дипломов, когда соревнования на боговой дорожке давно закончились. Игра важнее, чем выигрыш. Мне и до сих пор непонятна «спортивная злость», готовность ради медали или приза пойти на все. Это уже «агон» иного типа – болезненное превращение радости спорта в престиж, богатство и непрочную славу.

Что взрослые не были особенно внимательны к детству моего поколения, свидетельствует такой эпизод: в соседней школе открылась секция настольного тенниса, и мы со школьным другом тут же записались в нее. Народу в зале было полно, тренер только несколько раз предложил нам перекинуть шарик через сетку и мы были зачислены. Но дальше свою роль сыграл случай и детская растерянность перед изменениями ситуации, которую определяли взрослые. Вдруг время занятий перенесли, а поспрашивать у взрослых, когда теперь приходить, или поискать объявления, как-то мозги не повернулись. И этот вид спорта был предан забвению.

Шестиклассником приятель затащил меня на конькобежную секцию стадиона «Наука». Занятия вела в прошлом прославленная чемпионка, которую по каким-то анкетным данным так и не выпустили на мировую арену. Теперь она была уже в достаточно преклонном возрасте (как нам казалось) и возилась с детьми. Вероятно, нереализованный потенциал физической мощи, так и не растраченный в соревнованиях, каким-то образом приводил к особой строгости к подопечным. Тренировки были тяжелыми и скучными. Мой приятель ушел из секции еще до зимы. А я остался. Как-то стыдно было все бросить. Но удовольствия от тренировок я не получал – слишком все было однообразно. Лишь однажды я уловил чувство полета, когда пришел на каток вечером во внеурочное время. Каток был открыт для свободного посещения, и я влился в негустую толпу, наматывающую круг за кругом. Скорее всего, повлияла атмосфера – приятная музыка, размеренный шелест коньков, волшебный блеск льда, отражающего огни прожекторов. Я ощутил легкость и свободу. Только через много лет такое же чувство возникло вновь - когда хорошая физическая форма позволяла бежать долго и быстро, и дорожка будто сама катилась под ноги. На коньках такое чувство у меня было лишь раз, и больше уже не повторилось. И даже проверить, что же мне дал целый сезон тренировок, так и не удалось. В намеченный день контрольных забегов разразилась ранняя оттепель, лед размок, и скользить по нему было невозможно. Через пень-колоду, практически без скольжения я пробежал дистанцию, кое-как дотянул тренировки до летних каникул, а в следующем году решил заняться чем-то «более серьезным» - борьбой.

Самбо

Приняв решение без какого либо внешнего мотива, скорее за компанию с кем-то из одноклассников, я поехал на стадион «Динамо» записываться в секцию вольной борьбы. Но там предложили сделать несколько кувырков и залезть по канату без помощи ног. К этому я готов не был – никто не учил кувыркаться и влезать по канату. Кувырки вышли коряво, а по канату я

только до половины его длины. Помешала травма руки – пошедшим летом у меня был тяжелый перелом. И меня не взяли. А может быть и взяли бы, если бы я был настойчивей и пришел бы еще и еще раз. Просто не сказали ничего. Ну а для детских мозгов (мне тогда было 13 лет) «ничего» значит просто «конец».

Тут меня поддержал отец - привел на секцию самбо в спорткомплекс на Водном стадионе «Динамо». Там брали без тестирования, но за занятия приходилось платить 3 рубля в месяц – приличные деньги (если считать, что завтрак в школе стоил 20 копеек). Тут тоже особенно вниманием не жаловали – становись в строй и повторяй, что делает ведущий; потом тренер показывает, а ты с партнером – повторяй. Нехитрое дело.

Самбистскую куртку родители мне купили только через несколько месяцев – когда результаты тренировок были уже налицо, и я продолжал ездить два раза в неделю Бог знает куда – на автобусе и троллейбусе (почти час в пути). А до того я, как и большинство новичков, был обряжен в старый школьный пиджак и подпоясан пояском от старого плаща. Надо сказать, школьная форма серого мышиного цвета была пошита советским государством добротно – достаточно долго выдерживала трепку, которую ей задавали на каждой тренировке.

Этот вид спорта меня захватил новыми возможностями самообороны, которая в этом возрасте была нужна – наш район (Москва, Коровинское шоссе) был новостройкой, насыщенной шпаной – безнадзорными старшими детьми недавних переселенцев или бывших жителей снесенных сельских домов. Сплотившись в банды, они избивали беззащитных и слабых, отнимали деньги и устраивали стычки между собой. Чтобы каждый день не бояться быть избитым и ограбленным, оставалось побыстрее повзрослеть и укрепиться физически.

В секции самбо снова не обошлось без казусов, связанных с детской неорганизованностью и взрослой невнимательностью.

Первые соревнования, на которые я попал, проходили в помещении спортклуба «Самбо-70», куда я приехал вместе со своей секцией, но оказался в полном одиночестве. Меня поразило и даже потрясло чудовищное многолюдье, теснота и полное непонимание, что же здесь и как должно происходить. Дождавшись, когда меня вызвали на ковер, я вступил в схватку. Но тут новое изумление – рефери делает мне замечание за разговоры на ковре, в то время, когда именно соперник выругался в мой адрес. Спорить во время схватки было некогда, но обида осталась. Схватку я выиграл каким-то там очком. На вторую схватку меня вызвали, но сказали, что я свободен – то ли у меня не оказалось пары, то ли соперник ушел. Но вот что делать потом, я не знал, и подсказать мне было некому. В конце концов, решил, что на сегодня этим все и заканчивается. Тем более что все мои знакомые уже схватки проиграли и ушли. Тренера нашего тоже нигде не было видно. И я пошел домой, так и не поняв, что надо было ждать следующей схватки или хотя бы выяснить у судей свою дальнейшую судьбу.

Второй курьез – и тоже дуплетом – случился, когда соревнования проходили в родных стенах на «Водном стадионе». Вроде здесь-то все должно было быть понятным. Юных самбистов построили, объявили порядок встреч. Мою фамилию назвали где-то в середине списка, и после построения я сразу пошел за каким-то делом в раздевалку. И тут мне кричат, что я вызываюсь на ковер. Оказалось, что схватки ведутся на двух коврах одновременно, и с меня начинается работа на втором из них. Впопыхах я выскочил на ковер и тут же проиграл очко. С тем схватка, в конце концов, и закончилась. И тренер упрекнул меня: «А вот твой брат вчера занял первое место». Брат, действительно, выиграл две схватки. И этого оказалось достаточно. А у нас в каждом весе по десятку и более соперников.

На «утешительную» схватку я вышел с решительным намерением победить. Схватка проходила неплохо. Проиграв за схватку два раза по очку, я сделал хороший бросок, который оценили на четыре очка. Но вот при объявлении победителя рефери запутался и приписал победу моему сопернику. У меня просто глаза на лоб вылезли от такой несправедливости. На мои возражения судья никак не отреагировал. Я тогда стал спрашивать соперника: разве ты меня хоть раз бросил? И тот стал явно врать: «Я увидел, что ты ногу выставил…». В общем, опять провал.

Был еще и третий курьез, который поставил мои юношеские амбиции на место. Кто в детстве и юности начинал заниматься единоборствами, помнит чувство превосходства над сверстниками, которое прорывается в небрежных и насмешливых попытках физического доминирования. Не могу сказать, что я был как-то особенно заносчив. Занятие самбо позволило мне избавиться от робости в столкновениях с теми, кто сам хотел доминировать – вплоть до злобного унижения слабых или менее решительных детей. Но все же чувство превосходство было, пусть и вполне добродушное. И оно разбилось одним эпизодом.

Как-то в игривой беготне, торопясь на тренировку, в дверях спорткомплекса, куда я несся на всех парах, столкнулся с молодой девицей, которую ненароком прямо-таки втолкнул обратно в помещение. И все бы ничего: извинился бы и побежал дальше. Но с девицей был ее ухажер – уже взрослый молодой человек, который взял меня за грудки и оттолкнул к стенке. И тоже все было бы ничего: девица стала упрашивать, чтобы молодой человек не устраивал драки, и он послушался бы ее. Но почему-то ему понадобилось слегка шлепнуть меня по щеке. А я на рефлексе уклонился и подтолкнул руку молодого человека – прямо в лицо его даме сердца. Усиленный моим движением шлепок оказался неслабым, и девица закрыла лицо руками. А я, не зная, что делать, без страха смотрел в глаза молодому человеку. Удар в нос отбросил меня к стене, я плюхнулся на какой-то ящик, шапка упала у меня с головы, голова упала в шапку, кровь потекла из носа струей. Когда я пришел в себя, ни молодого человека, ни девицы уже не было. И только сочувствующие сверстники проводили меня в раздевалку, где я остановил кровь и отправился на тренировку. Полученный урок отразился где-то в подсознании и вспомнился лишь через много лет.

Занятия в течение нескольких месяцев дали мне уверенность в себе, а опыт поражений притушил заносчивость. В течение летнего отдыха мне довелось несколько раз проверить себя в столкновениях со сверстниками, которым тоже необходимо было самоутверждаться. Пару боев даже без применения самбистских приемов я выиграл за явным преимуществом. И это не вызвало желания непременно вступать в драки по любому поводу. В секции самбо как-то само собой воспитывалось дружелюбие: партнера надо беречь, после бросков страховать, более слабых – поддерживать, у более сильных – учиться.

На следующий год на секцию самбо мне идти не хотелось – было как-то стыдно перед родителями, что я все время прошу у них денег на оплату занятий, плюс затраты на дорогу. Кроме того, дорога была изнурительной, а учеба в восьмом классе обещала быть более серьезной.

Вольная борьба

В новом учебном году я снова поехал на стадион «Динамо», вновь намереваясь записаться на секцию вольной борьбы. И там снова тот же тест – кувырки и канат. Теперь для меня это было плевое дело. И опять ничего не вышло. Я с трудом, но без натуги, влез по канату до потолка и покувыркался вперед-назад. Потом оказалось, что по канату надо было влезать столько, сколько сможешь. А я даже не попытался залезть второй раз. И меня снова не взяли. Или же я снова не проявил настойчивости. Может быть, мне просто не сказали: приходи тренироваться тогда-то.

Тут случился еще один полезный жизненный опыт. Я пошел в соседний зал, где была секция бокса. Тут брали без тестов. И на первой же тренировке вручили боксерские перчатки. Поставили новичков друг против друга и дали гонг. Налупцевались мы основательно, толком ничего не умея. Я своему визави расквасил нос, а он попал мне в лоб так, что у меня звезды перед глазами закружились.

На третьей тренировке экзамен все-таки произошел – нас попарно выводили на ринг и куда-то вписывали фамилии некоторых. Нам ничего не объясняли, но мы понимали, что в списке оказывали те, с кем собирались всерьез работать. Остальным полагалось продолжать бить друг друга абы как – без всяких подсказок и контроля, пока не придет решение прекратить это дело или мы сами не научимся чему-то.

В элитный список (около половины всех занимающихся) я не попал, и это сильно снизило мою готовность заниматься боксом. И тут мой однокашник пригласил меня на знакомый уже стадион «Наука» заниматься в секции вольной борьбы – там тоже тестирования не было, и ездить было вдвое ближе.

Первого своего тренера, который действительно занимался мной, я запомнил по имени-отчеству – Вадим Федорович. Он любил повторять: «Борцу не больно, борцу приятно». За пропуски тренировок буквально по любой причине полагалось пробивание по заднице специальным кедом

чудовищно большого размера, за нарушение дисциплины – неожиданный тычок под дых. Любые проявления признаков усталости или боли тренер старался пресекать и высмеивать. Но при этом был добр и приветлив.

Начало моих занятий вольной борьбой было прямо-таки триумфальным. На первой же тренировке тренер поставил против меня опытного, как считалось, борца, который ходил на секцию второй или третий год. И я его перебросал своим любимым самбистским приемом через бедро 12 раз за схватку. Скорее всего, со стороны это смотрелось как избиение – соперник знал, что я снова брошу тем же приемом, и ничего не мог противопоставить. Вероятно, именно поэтому он потом бросил борьбу, и я с ним уже не встречался.

На секции оказались более старшие ребята из моей школы, от которых когда-то мне доставалось. Но тут другая ситуация – тут один на один в схватке. Без дружков и запрещенных приемов. И одного из своих недругов я при первой же возможности поборол. И он исчез из секции. Был еще крепкий рыжий парень Женя, которому я несколько уступал. Но и он не удержался – бросил борьбу. Мой школьный друг Андрей Терентьев, которого я затащил на секцию, рассчитывая получить сильного соперника – он всегда был грузнее и мощнее меня, оказался не очень приспособлен к этому виду спорта: ничего не мог сделать против элементарной подножки. И тоже бросил секцию. Удержались со мной до конца сезона ребята из параллельного класса (Кеша, Валера, Владик), но с ними я тоже почти всегда расправлялся, даже заметно уступая в весе.

Был у меня один весомый успех – первое место на соревнованиях общества «Зенит» для младших юношей. Хоть и тут меня подстерег курьез. Свои схватки я все выиграл в первый день соревнований. Особенно тяжелой была для меня последняя. Соперник был сильный, и я едва одолел его по очкам. И вот на следующий день, когда я намеревался только получить грамоту чемпиона, вдруг меня снова вызывают на ковер с тем же соперником. Я начинаю суетиться и протестовать: я с ним уже боролся! Соперник мне: «Что, испугался?». Действительно, испугался. Победить в такой ситуации, когда никакого настроя на борьбу и в помине не было, шансов почти никаких. Но дали гонг и борьба началась. Буквально через несколько секунд схватку остановили – на сей раз разобрались, и меня поздравили с победой. С гордостью нес домой грамоту.

В другой раз соревнования носили уж очень масштабный и затяжной характер. Началось все, как обычно, с курьеза – у меня лишние 250 грамм. Пришлось одеть куртку и бегать по стадиону, выпаривая избыточный вес. Через полчаса беготни у меня снова лишние 150 грамм. Бегал еще минут сорок, и, кажется, надо мной просто смилостивились - я попал-таки в свою весовую категорию, пусть и порядком уставшим.

О размахе соревнований говорит тот факт, что в первый день пришлось выиграть четыре схватки. Из них запомнились две последние. В третьей схватке у меня был неопытный, но жилистый и высокий соперник. Он наступал на меня, пытаясь вытолкать с ковра, - до тех пор, пока я не

сообразил бросать его «вертушкой» – приемом, казалось бы, тренировочного плана. Успешный и хорошо проведенный прием оказался решающим - я победил. Следующая схватка была с чернявым парнем, который бросался вперед, пытаясь захватить мою шею движением, напоминающим скорее удар, а не захват. Он несколько раз попадал мне пальцами в глаза. У меня появились некоторые проблемы со зрением, и я уступил пару очков. В перерыве мой ассистент и однофамилец из нашей секции подсказал мне: бросай «вертушкой». И я сразу восстановил равновесие, удачно и сходу применив этот прием. А потом, воспользовавшись очередным рывком соперника и внезапным сближением, я бросил его излюбленным приемом: через бедро на спину – туше.

Домой ехал, предвкушая завтрашние победы. Но не тут-то было. Назавтра я обе схватки проиграл. На этот раз против меня боролись уже совсем другие соперники, за плечами которых были, вероятно, годы тренировок и десятки соревнований. Кроме того, это были ребята постарше. В общем, первенство общества «Буревестник» я не выиграл. Сказалась и усталость, и неопытность – занимался вольной борьбой я тогда немногим более полугода.

Третьи соревнования были тоже курьезными. Это было уже первенство Москвы. И как на грех, первая же схватка свела меня с прошлогодним чемпионом. Все считали, что мой проигрыш неизбежен – парень был энергичный и с красивым рельефом мышц. Чего у нашего брата еще не просматривалось. И буквально на первых секундах чемпион показал, что он хозяин на ковре – резко зашел мне в ноги и стал втягивать под себя, чтобы уложить на лопатки. Я вынужден был перевернуться на живот и отдать очко. После того как мы снова встали в стойку, противник вновь пошел вперед, попытавшись сделать эффектный прием. Он захватил обе мои руки за предплечья (что само по себе было делом немыслимым, если я боролся на уровне своих приятелей по секции) и потянул на себя, готовясь бросить прогибом и тем решить исход схватки. Но чемпион допустил маленькую ошибку – между нами остался небольшой зазор. Я уперся и инстинктивно сделал шаг ногой через ноги противника сквозь этот зазор. Противника потянуло вправо, а моя левая нога зацепила его ноги, и чемпион рухнул на спину. При этом он пружинисто оттолкнулся и в мгновенье ока уже был на четвереньках. Но свисток арбитра оповестил о маленькой сенсации – я победил!

В раздевалке, куда мои приятели ушли, заведомо зная исход поединка, мне поначалу даже не поверили – этого не может быть! И все-таки это было так, и снова мерещилось чемпионство – завтра, казалось, не будет проблем.

Но назавтра все решилось очень прозаично. Мне попался соперник приземистый и юркий. Вероятно, он долго отрабатывал один и тот же прием – проход в ноги. И делал он этот проход виртуозно. Я ничего не мог противопоставить, поскольку с подобной тактикой сталкивался впервые. Попытался захватить за талию сверху, когда противник тянулся к ногам, и перевернуть, но на это не хватало сил. Так, уступая по очку, я и проиграл

схватку. И некому было подсказать, что делать – все мои приятели свои схватки проиграли еще вчера, а тренер был занят по общей организации.

И все-таки успехи в секции, где я занимался всего несколько месяцев, меня окрыляли. Мерещились надежды на выход в большой спорт. Но судьба распорядилась иначе – наша семья перебралась на новое место жительства в Подмосковье. Расставаясь, тренер вручил мне разрядную книжку со 2-м юношеским разрядом, и сказал: «Ну, ты нас не забывай - звони. А то через несколько лет вдруг объявят, что Андрей Савельев – олимпийский чемпион…».

Никому я, конечно, не звонил. И чемпионом не стал. Жизнь устроена так, что вовсе не каждый, кто проявляет какие-то задатки в юности, имеет желание и возможность развить их в дальнейшем. Можно сказать, что после вольной борьбы я занимался уже в основном «для себя». Нет, дух «агона» все еще пульсировал в юном организме, но какие-то мечты о чемпионстве в моих глазах выглядели несерьезно. Вполне было достаточно уважения сверстников и самоуважения.

Еще раз самбо

В Черноголовке, куда мы с родителями переехали, оказалась только секция самбо/дзюдо. Зато через несколько месяцев был открыт шикарный Спортивный комплекс, где был зал с новеньким татами. Только несколько недель я ходил в школьный спортзал, потом несколько месяцев - в спортзал одного из научных институтов, что располагались в близлежащем лесу.

И здесь тоже все началось с курьезов. Сначала – с приятного, чуть позднее – с позорного.

Как имеющий опыт двух лет занятий борьбой, я считал себя почти корифеем, готовым достойно выступить против любого соперника. И даже получил тому подтверждение – на первой же тренировке меня поставили бороться против лучшего борца секции Сергея Гусарова. Это был очень стремительный и резкий спортсмен, и побеждал здесь всех, даже будучи легковесом. Но со мной схватку мы свели вничью 4:4. И даже формально я выиграл, поскольку я набрал свои очки «одним куском» (удержанием) и по правилам это было ценнее, чем та же сумма очков, набранных по частям. Но это правило не заметили, чтобы не сильно травмировать местного чемпиона и не слишком обнадеживать наглого новичка.

Позднее мы с Сергеем старались на ковре не выяснять, кто сильнее. Он даже сторонился показательных выступлений. В школе мы в таковых участвовали, но толком не готовились. Да и Сергей шел на участие в показательных бросках только под давлением тренера и с явным нежеланием. Сценарий не был продуман, защита от противника с ножом у нас прошла не очень эффектно, как могла бы. Тогда полностью затмили наше выступление каратэисты – у них показательный момент был проработан до тонкостей, и групповое исполнение ката впечатляло публику больше, чем наши броски с гулким падением тел на ковер.

Позитивный момент этих выступлений состоял в том, что нас с Сергеем стали узнавать учителя. Потом на одном общешкольном собрании вручили разрядные книжки. Вот на тот самый второй взрослый разряд, который я тогда получил, я и боролся. Быть может, если бы имел несколько больше внимания со стороны тренеров и родителей, возникли бы дополнительные стимулы, и я смог бы претендовать на 1-й разряд. Интересно, что только после моего ухода в институт на секции появился свой, выращенный из новичков перворазрядник.

Второй курьез таков. На одну из первых моих тренировок в Черноголовке пришел щупленький мужчина, как оказалось, милиционер. Он предложил мне побороться, и я не сомневался, что одолею его. И поплатился за самоуверенность. По опыту секции вольной борьбы я знал, что от моего броска через бедро уйти очень тяжело. И именно этим броском я пытался одолеть своего соперника. Но не учел, что это другая борьба – здесь можно удержаться за куртку, да еще дернуть куда-нибудь. Милиционер легко угадывал начало моего движения, и, продолжая его, проворачивался на 180^{o}, сохраняя захват моей руки за куртку. И я летел через его плечо. Несколько раз я пытался провести свой бросок, и, казалось, вот-вот мой соперник взлетит под потолок. И каждый раз на ковре оказывался я, а не он.

Потом я этого милиционера больше не встречал. На секции он больше не появлялся. Но память о себе в моей памяти оставил.

Режимные институты в лесах Черноголовки, притягивали к себе бывших участников спецподразделений. Если повезет – в охрану. И наш тренер был из таких – демонстрировал иногда уникальные приемы, но никогда не обучал им и никогда не распространялся о месте своей прежней работы. Кажется, к тому же, прилично попивал и, в конце концов, уступил занятия с молодежью своему другу. Оба тренера вели занятия на общественных началах, а потому не могли особенно плотно обхаживать каждого и доводить до совершенства технику. Фактически каждый работал на тренировке в силу своего желания и соображения.

Несмотря на столь плачевное начало, в своей секции я оказался практически самым сильным борцом. Сергей как-то охладел к тренировкам, и лишь раз выступил на соревнованиях, получив специальный приз как самый техничный борец. Меня же видели на секции постоянно, и постоянно я побеждал своих. Однажды на внутренних соревнованиях выиграл пять схваток кряду, четыре из них – болевым приемом. Но все это были плохообученные борцы. На внешних соревнованиях я постоянно терпел поражения. Отчасти потому что не имел достаточно сильных противников в нашей секции, отчасти – из-за отсутствия спортивной злости. Борьба меня увлекала, а победа – не особенно. Все больше занимался школьными делами и подготовкой к институту. Школьный и научный «агон» смотрелся интереснее, чем спортивный.

Был у нас один очень талантливый парень, который великолепно делал подсечки. Но он всерьез курил, и сильно посадил дыхание – сдавал уже через минуту после начала схватки. На соревнованиях он эффектно бросил меня

своим излюбленным приемом. Я грохнулся на спину, и можно было бы дать ему чистую победу. Но уже через пару секунд я тоже на 4 очка бросил его через бедро. А потом перешел на удержание и болевой прием. Это пример того, что кому-то «агон» чудится в разрушении своего здоровья, и это увлекает его больше, чем спортивные победы.



Появился однажды у нас сильный в прошлом боец, даже какой-то там чемпион чего-то. Первые мои схватки с ним были с большим преимуществом с его стороны. Пользовался он одним приемом – выставлял свою ногу вперед и ловил движение соперника с надеждой подсечь или захватить ее. И в этот момент чемпион продвигал ногу еще дальше и бросал через бедро. Поскольку других приемов этот мастер не применял, я быстро приспособился к его стилю и положение выровнялось. А потом он и вовсе перестал появляться на секции. «Агон» разрушался и так: не было новизны – уходил и интерес.

Среди взрослых, которые то и дело появлялись у нас, конечно, были те, с кем я бы не справился. Одно время ходил к нам и вовсе не борец, а велосипедист и культурист – парень с замечательно развитым телом, легко делающий сальто (чему я так и не научился). Бороться он вообще не мог. Просто старался придавить противника к земле. И чудовищная сила ему это позволяла. Я с ним не боролся – слишком велика была разница в весе. Он бы просто меня сломал. Зато в своем весе (и даже несколько более тяжелом) необученных взрослых я обыгрывал легко. Было даже странно, что здоровый мужик попадается на такие элементарные борцовские «штучки». Один из моих друзей по секции, как-то сказал: «Да у тебя выиграть невозможно!»

Однажды со мной решил побороться наш тренер Слава. Но избыток в весе килограмм в 20 делал меня игрушкой в его руках. Пару раз он просто как тряпку шлепнул меня на ковер, и у меня заболел живот. Я предпочел не упираться и закончил схватку. Надо было озлиться, мобилизоваться и сделать хоть что-то. Но у меня по телу разлилась вялость: дух «агона» ушел, испарился.

Были и обратные ситуации. Однажды друг отца, прознав о моих занятиях, встал в стойку и сказал: «Ну что ты мне можешь сделать?» Через секунду он уже лежал на диване – я подсек выставленную вперед ногу, удачно уронив его на мягкое. Что-то подобное бывало и на тренировках.

Раз мне помогла самбистская подготовка и в юношеских столкновениях. Был у нас в школе один наглый ученик – он почему-то решил вязаться ко мне, хоть я и был классом постарше. Но у меня никогда не было

повода отлупить его, и не любитель я был таких дел. И вот случай. Наш класс дежурит по школе, и я курсирую по безлюдному во время урока коридору у раздевалки. Там же оказывается этот прохвост. Теперь он идет дальше насмешливых слов и подкрепляет один из своих аргументов «саечкой» - обидным подергиванием моего подбородка кверху. Через мгновение он лежит на полу, уроненный подсечкой. Пытаясь встать, он хватается за мой пиджак, и я помогаю ему подняться. И как только соперник оказывается на ногах, он снова видит свои ботинки вознесенными к потолку и снова гулко падает на спину. Тут прибегает кто-то из учителей, и инцидент исчерпан. Больше наглеца на своем пути я не встречал.

Наша секция не раз выезжала на соревнования, но нигде не блистала. Мои успехи тоже были никакими, хоть это меня и не очень огорчало – в то время я все больше увлекался физикой и стремился лучше подготовиться к поступлению в институт. Досадны были проигрыши в одно очко. На этом соревнования как бы уже заканчивались. Один раз я так рассердился на проигрыш, что в следующей схватке просто растерзал парня вроде и крепкого, но толком мало чего умеющего.



Самое позорное мое поражение состоялось, как ни странно, не на выезде, а в стенах родного спорткомплекса. Как и за пару лет до того, я снова выскочил на ковер неготовым. То ли судья невнятно назвал мою фамилию, то ли я ее прослушал (хотя был весь внимание). Кроме того, оказалось, что я должен был где-то достать красный пояс и второпях обвязаться им, когда мой соперник уже вышел на ковер. В общем, не успел я получить замечание за опоздание и воспринять команду к началу схватки, как мой противник нырнул мне в ноги и бросил меня «мельницей». Я и охнуть не успел, как ему присудили чистую победу. И все это – на глазах нашей секции, на глазах родителей. От внезапного техничного броска кишки мои сильно встряхнулись, а психика была потрясена позором. Поэтому и вторую схватку я тоже проиграл, хотя и с некрупным счетом – даже сделал свой новый излюбленный бросок (имитация передней подножки с переходом на заднюю). Проиграл, попавшись на удержание и потеряв четыре очка.

На тех же соревнованиях один из взрослых ребят нашей секции, успевший разучить единственный прием, смог этим приемом сначала выиграть схватку на первой секунде, а потом точно также и проиграть. Прием состоял в том, чтобы сразу по-ковбойски прыгнуть на противника, захватить руку как бы седлая предплечье, и, рухнув вместе с ним, сделать на

эту руку болевой. В первой схватке это эффектно получилось. Во второй соперник уперся и рухнул только нападавший – прямо на спину. Сопернику дали чистую победу.

На тех же соревнованиях тяжело травмировался мой друг и неплохой боец Коля. Получил перелом ноги, и после месяца гипса толком тренироваться уже не мог. У кого-то «агон» заканчивался вот так – случайной травмой.

Однажды мы выезжали на соревнования в Ивантеевку. И там наш разгром был полным. Мне, правда, пришлось провести четыре схватки. Выиграл только первую (не помню как), выйдя, тем самым в финал, где, по правилам этих соревнований, каждый должен был бороться с каждым. Схватки были по 10 минут (!), а все мои соперники – перворазрядниками. Все три схватки я проиграл. Первую – будущему чемпиону этих соревнований, крепкому парню, только пришедшему из армии. Он просто скрутил меня, и единственный раз в жизни я проиграл схватку болевым приемом. Со вторым схватка у меня шла по прежнему сценарию – все время отыгрывался, снова сделал свой любимый прием, а потом попал на удержание. Помню, что мой бросок очень удивил перворазрядника, который крепко стоял на ногах, когда я пытался его сбить, вывести из равновесия. Третью схватку я очень хотел и мог бы выиграть – мой соперник хоть и был перворазрядником, но только что перешел в мой вес из более легкого. И видел я, что проигрываю пустяки, но сделать ничего не мог. Мне надо было бы действовать разнообразно, а я все пытался тянуть соперника на себя и делать переднюю подсечку на краю ковра, чтобы в случае неудачи не попасть снова на удержание. От прочих приемов я отказался, потому что нарвался на контрприемы. Соперник же, выиграв пару очков, ушел в глухую защиту: чуть что - ложился на живот и прятал руки под себя. В общем, едва не доведя схватку до драки, я ее проиграл. Что показало: впадать в спортивную ярость для меня мало толку – перестаю думать, и сил особо не прибавляется. Дух «агона» незлобен, а весел!

После этих соревнований я насчитал четыре десятка царапин-потертостей на своем теле. Но однажды и считать ничего не пришлось. Это самый запоминающийся эпизод из моих спортивных похождений – перелом ключицы, который состоялся на соревнованиях во Фрязино. И опять дело было в том, что я боролся с крепким взрослым мужиком, а не со сверстником. Схватка была, в общем-то, равной. Один раз я попался на подсечку и упал на левое плечо. А рука была в захвате у соперника. Видно тут и возникла трещина в кости. В пылу борьбы я ничего не заметил, и сам повалил соперника. Он быстро принял оборонительную позицию плашмя на животе, а я, наваливаясь сверху, вдруг почувствовал резкую боль и невозможность двинуть рукой. Схватка была остановлена, и я пошел к медикам. Поскольку боль быстро прошла, я стал уверять, что у меня, вероятно, вывих плеча. Пытаясь вправить руку, медики ее еще больше повредили. Потом в травмопункте сделали рентген, но почему-то править сломанную ключицу не стали. Снимок был еще мокрый, и никто его

разглядывать просто не стал. Так я и уехал домой, не подозревая, что ключица встала в месте перелома под углом. В Черноголовке, посетив хирурга (мощная такая дама с надменным выражением лица), я поучил только предложение съездить за снимком – и никакого осмотра. Куда, как ехать? Да на какие средства, если я родителям сказал, что у меня только вывих? Ключица срослась неправильно, но это не особенно было заметно и меня не беспокоило. Я ведь не собирался становиться профессиональным борцом. Меня ждали годы занятий физикой.

Единственным позитивом этого эпизода была слава, которая сразу пришла, как только я появился в школе с пустым рукавом (рука на перевязи под пиджаком была прижата к телу). Особенно мне польстило внимание молодой исторички, в которую я был тайно влюблен.

На первом курсе института я получил хороший урок: мои боевые навыки были слишком спортивными, в них мало было настоящего умения постоять за себя в сложных ситуациях. Урок этот – схватка с пьяными студентами, которые искали для себя приключений. Парировав словесные угрозы с требованием «скинуться на 20 копеек», я получил предложение отойти за киоски и потягаться «один на один». И наивно принял это предложение, полагая, что будет честная схватка. Дело было поздним вечером в осенних сумерках.

Выбрав себе соперника, я быстро с ним разобрался – удар в челюсть, бросок и обозначающее победу несильное добивание в нос. Но победа не состоялась. Потому что приятели поверженного негодяя начали охаживать меня ногами по голове. Возможно, я на мгновенье потерял сознание. Когда удары прекратились, попробовал подняться. И увидел, что нападавшие возвращаются с криками: «Ему мало!». Две смутные фигуры передо мной – и я кидаю удары в голову одной и другой, не чувствуя ног пытаюсь убежать, спотыкаюсь, получаю удары ногами.

Через минуту меня поднимают появившиеся откуда-то милиционеры. Потом была ночевка в отделении милиции, опознание нападавших, отказ от уголовного преследования, история с исключением негодяев из института, куда я ездил и выступал перед аудиторией с предложением не исключать, а воспитывать в собственной среде. И непреклонное решение ректора: исключить.

В студенческие годы я нерегулярно занимался самбо еще год. И попытался однажды выйти на соревнования (очень просили, чтобы сформировать команду факультета), но проиграл свою схватку. Не только потому что забыл, как бороться и растренировался, но и потому что тут действовали совсем не такие правила, к которым я привык. Тут давали очки за такие действия, которые, на мой взгляд, вообще действиями не были. Соперник пытался бросить меня через плечо, но я просто падал на колено и локоть. За это ему давали то 2, то 4 очка. Я совершенно растерялся от потока приписанных сопернику поощрений. С тем и закончились мои выступления на борцовском ковре.

Мой марафон

Беговой «агон» - один из самых впечатляющих. Ему все возрасты покорны, и он не требует какой-то изощренной подготовки. Бегай себе – и научишься. Хотя методика подготовки к высоким результатам – дело тонкое. Но на этом уровне даже питание – дело сложное.

В школьные годы беговой «агон» выглядел так. Объявлялись соревнования, но с какой скоростью бежать – это оставалось тайной. Потому что сверх стометровки на занятиях физкультуры практически никогда не бегали. Если объявляли кросс, то никто всерьез это не воспринимал. Тренироваться в беге на длинные дистанции считалось чем-то странным. И вот на соревнованиях с произвольной дистанцией (вокруг пруда) дают старт. По привычке к унылым кроссам, мои одноклассники и ученики параллельных классов нехотя начинают бег трусцой. Я же стартую почти как на стометровке. Восхищенная публика недоумевает: я бегу так, как здесь никто не бегает. И пусть вторая половина дистанции дается мне трудно, и другие участники забега, которым мой спурт бросил вызов, начинают подтягиваться, я заканчиваю дистанцию с огромным отрывом.

Другой беговой «агон» - уже в научном институте, где в середине 80-х еще умели устраивать спортивные состязания, и были те, кому интересно соревноваться. Я молодой сотрудник, и на первом же кроссе «делаю» местного чемпиона, который привык выигрывать все. Чемпион настолько был рассержен этим, что через короткое время стартовал на той же дистанции заново и показал время лучше моего. Мне второй раз бежать в голову не пришло – хотя бы из уважения к чужому «агону».



В том же институте через год был забег уже по стадиону. Я тогда тренировался довольно основательно, и трехкилометровая дистанция была для меня делом знакомым. Я стал с хорошей скоростью наматывать круг за кругом, но обсчитался. На последнем круге, когда я думал, что бегу предпоследний, из-за моей спины выскочил преследователь, и финишировал первым. Я же, думая, что он ошибся, бесполезно распределил силы и бесполезно ускорился перед финишем на следующем круге.

В более серьезных соревнованиях мой беговой «агон» не раз унижался тем, что меня обгоняли более быстрые бегуны. Если после полугода занятий в студенческой секции

бега я неожиданно для себя пробежал километр быстрее трех минут, то последующие соревнования, несмотря на постоянные тренировки, существенного успеха не давали. На одном из соревнований после первого круга диктор объявил: «В забеге лидирует Андрей Савельев». На последнем круге меня обогнало большинство соперников. То же повторилось в другой раз, когда первый круг вместе с сильными соперниками я пробежал с каким-то немыслимым для себя временем, то заканчивал забег предпоследним – «почти пешком», как критично отметил тренер.

Мне лучше давалась стометровка, где я выбегал из 12 секунд. Но в нашей студенческой секции, где я тренировался уже в статусе аспиранта, готовили к средним и длинным дистанциям. Один из забегов был на 20 км. Я готов был неплохо, но под палящим солнцем одолел только половину дистанции. А через несколько дней свалился с воспалением легких.

Бывали у меня уличные тренировочные забеги, когда я провоцировал велосипедистов переходить с прогулочного темпа на спортивный. «Агон» был весел! Было однажды, когда на жаре после длинной дистанции я получил солнечный удар и не без проблем пережил странное состояние, когда температура не сбивалась никакими медикаментами. «Агон» бывал опасен.

Я бегал за институт в эстафете по Садовому кольцу, вихрем пролетая свою часть дистанции. Я бегал в традиционном забеге на 9 мая – без надежды на победы, но с полной отдачей сил. Наконец, я бегал сам для себя – вплоть до марафона.

Марафон – это философия спорта, доступная и непрофессиональным спортсменам. В других видах тоже есть своя философия. Но она открывается на вершинах технического мастерства. Марафон же доступен каждому – бегать мы умеем с детства. Хотя есть свои хитрости и здесь. Но им особенно учить не надо. Вся наука приходит сама собой в процессе подготовки. Пробежал десять километров и что-то уже понял, пробежал 20 – и понял еще больше.

Длинный бег делает мозг свободным от повседневных забот. На пределе усталости в нем есть лишь мысль о вдохе и выдохе. Два моих марафона – это достаточно скупые ощущения, которые были осмыслены только через некоторое время. Это важный опыт – физический и духовный. Без особой «философии», без осмысления границы между «хочу» и «могу», удовольствием и мукой, силой и слабостью, волей и безволием. По большому счету, марафон, как вероятно и другие изнурительные виды спорта, представляет собой введение в какую-то глубокую тайну границы между Добром и Злом. Может быть, поэтому марафонцы никогда не становятся «звездами». Даже мировые чемпионы скромны и погружены в себя, и никогда не играют с публикой.

К Московскому международному марафону мира в 1985 году я готовился - мечтал о том, чтобы проверить себя на стойкость. Нельзя сказать, что я вышел на марафон во всеоружии. Тренировочной практики было маловато. Но, казалось, силы и решимости на старте было достаточно.

Спорткомплекс «Дружба» был полон людьми в спортивной форме. Туда-сюда по просторным вестибюлям сновали в основном жилистые, худые люди разных возрастов, но также и обладатели менее спортивных фигур. Атмосфера настороженной праздничности. Настороженной – потому, что все ощущают серьезность стоящей задачи: преодолеть 42 км. 195 метров в невиданную жару – 31^{o}С в тени. А бежать-то надо в основном под палящим солнцем.

Я смешался с толпой марафонцев, быстро переоделся и пошел разминаться на зеленые газоны. Спортсмены вокруг меня тоже лихорадочно разогревались – трусили по дорожкам, размахивали ногами и руками. Я включился в эту суету, но за полчаса до старта просто лег полежать на травке. За пятнадцать минут до старта большая часть марафонцев скопилась на исходном рубеже. Несмотря на потуги организаторов спортивного праздника расставить всех по ранжиру, номера перемешались. Знакомые сбивались в кучки, посмеивались и подбадривали друг друга. Незнакомые тоже переговаривались в ожидании сигнала к началу испытаний. Все тревожно ощупывали затылки, которые яростно припекало солнце. Дважды толпа собиралась стартовать раньше срока и издавала торжественный вопль - сказывалось нетерпение. Наконец, гул голосов усилился, что-то бухнуло и марафонская масса с криком, напоминающим «ура!» тронулась с места.

Первые несколько минут бежать было невозможно – мешала невероятная густота ног и спин. Только километра через два все более или менее рассосалось.

Настроение у меня благодушное: бегу не торопясь, потихоньку обгоняю более медленных спортсменов. Солнце шпарит нещадно. Первые 4 километра пробежал за 24,5 минуты –с учетом задержки на старте. Мимо величественно проплыл Кремль. По обеим сторонам трассы группы людей приветствуют нас аплодисментами.

На первом пункте питания попытался попить набегу. В результате по неопытности умыл лицо сладким напитком. Кроме того, не прополоскал рот простой водой – и после сладкого питья до следующего пункта питания во рту было липко.

Интересная деталь – на этих пунктах питания давали в пластмассовых стаканчиках напиток, чай с лимоном и простую воду. Потом эти стаканчики бросали прямо под ноги, и т.к. людей бежит много, начинается перестук падающей пластмассовой посуды и хруст под ногами бегунов.

Пробежал первые 10 километров спокойно – в прежнем темпе (время 48 минут 49 секунд). Могу на бегу даже наблюдать за окружающими. Вот

американец в панамке из собственного флага. Вот англичанин в трусах из своего флага. А вот французы (их особенно много) – в синих атласных майках с надписью на спине: «За мир без голода». Бежит немало женщин. Держатся поразительно стойко.

Действие жары все усиливается. На пункте освежения макнул шапочку в воду – бегу, обтирая лицо.

В Парке культуры вдоль трассы вереницей стоят зрители – аплодируют, покрикивают «давай, давай». А впереди еще ого-го…

Бежим вдоль Воробьевых (тогда еще Ленинских) гор. Трасса проходит через пляж. Публика приветствует. Марафонцев с головы до ног обливают речной водой из пакетов. Подносят воду для питья в бутылках. Особенно активно подбадривают девушек.

Начались нудные подъемы, выматывающие душу. Стали попадаться встречные, кто минул уже половину дистанции и направился в обратный путь. Первые обгоняют нас (тех, с кем я бегу в одном темпе) уже на 8 км! Их приветствуют и зрители, и сами марафонцы. Далеко оторвался от всех смуглый коренастый мужчина. За ним, отстав метров на 600, бежит совсем молодой русый паренек.

Жара угнетает. Я уже с ног до головы облился водой. Организм подает признаки недовольства. Временами кажется, что холодно – мурашки по телу. На 20-м километре уже совсем тяжко. Многие переходят на шаг. Я еще креплюсь.

Половину дистанции одолел за 1 час 45 минут. Дальше бежать не могу – ноги как палки. Стал то и дело переходить на шаг задерживаться у пунктов питания. Меня обгоняют все больше и больше людей. Но и позади марафонцев конца краю не видно. Я уже направляюсь к финишу, а масса народа еще не достигла половины дистанции.

Силы на исходе. Ноги сдавливает судорогой как клещами. Снова и снова перехожу на шаг, хромаю. Окончательно выбился из сил на набережной в Парке культуры. Там зацепился за такого же горемыку, к тому же – соседа по номеру. Оба хромаем на обе ноги. Зрители подбадривают: «Держись! Осталось всего 12 километров!» Они и не понимают, что такое 12 километров!

Если бежать уже невозможно, то стараемся хотя бы идти быстро. Ноги отчаянно болят. Кусаю губы. Несколько раз садился на траву. Боль просто мучительная. Остановки облегчения не приносят.

После очередного отдыха прихватили с собой выбившегося из сил пожилого француза. Он долго отнекивался, но потом встал и вдруг побежал вперед. А мы продолжили хромать.

Спутник мне попался разговорчивый. Говорил непрерывно, постоянно повторяя: «Лишь бы дойти».

Пришла счастливая догадка. На набережной увидел спуск и добрался до воды, скинул кроссовки и сунул ноги в Москву-реку. Минута прохлады в ногах. Натянул мокрые носки – и снова в путь. К нам присоединятся другие калеки. Но отстают – совсем ослабли.

Чудовищно тяжело нести свое тело. Болят поясница и живот так, что приходит мысль подвеситься где-нибудь, чтобы расслабить нижнюю часть тела. Некоторые, сэкономившие силы, обгоняют нас. Кто-то кричит обидное: «Дорогу, пешеходы!»

За 35-м километром пришло новое состояние: стоять больнее, чем идти, а идти больнее, чем бежать. «Припустить, что ли?» – промолвил я и побежал. Напарник мой остался позади. Но скоро прихватило живот так, что скрючился пополам. Ноги тоже отказали. Остановился, помассировал живот, сел верхом на гранит набережной – расслабил ноги. Снова побежал. Так и двигался перебежками. Идти почти невозможно. А бежать могу довольно быстро, но недолго.

Группы людей подбадривают ковыляющих на последних 5 километрах марафонцев.

До того извелся со своими ногами, что в ярости заставил себя бежать на максимальной скорости. Вытянул метров 200. Снова вернулся к перебежкам. На последнем километре поднажал, но сил было мало. Перешел к среднему темпу. Метров за 150 увидел автобус и людей поперек трассы. Думал, что это финиш и рванул из последних сил. Из толпы кричат: «Вот это финиш! Так и надо… Давай!» Добежал до людей, а они показывают: еще 100 метров. «Как, еще?» – обреченно пролепетал я. Стискиваю челюсти и финиширую, не сбавляя темпа.

За финишной чертой пошатываюсь как в бреду. Получая свидетельство участника и значок. Валюсь на траву. Смотрю в вечернее небо. Но не лежится. Иду в зал «Дружба». Полежал там на зрительских креслах. Рядом выдохшиеся, выжатые до последней степени марафонцы постепенно приходят в себя. Кого-то рвет, кто-то не в силах встать. «Агон» суров - заставляет расплатиться.

В течение получаса вдумчиво переодеваюсь, обсуждая с немолодым марафонцем все ужасы сегодняшнего бега. Неужели одолел? Мое время – 4 часа 35 минут. Как раз на час больше, чем рассчитывал. Все из-за ног. Получается, что шел пешком целый час?

Отдача от марафона своеобразная. Организм сильно тонизирован. Ночью встал, принялся есть соленое – посыпал солью помидоры, вынутые из холодильника. Потом более двух часов читал. До утра время провел в полудреме. Мысли текли одна за другой. Следил за рассветом. Встал вполне бодрым, не считая боли в ногах, которая уже не мучила беспрерывно, а появлялась только при движении.

Побегу ли снова? В первый день на этот вопрос самому себе в мозгу всплывала фраза: «Зачем?» А через неделю уже не было сомнений: побегу снова обязательно. Но готовиться надо лучше.

В том же году я принял участие в забеге по Садовому кольцу. И сил было достаточно, чтобы финишировать с хорошим результатом – дистанцию 20 км (реально, возможно, чуть меньше) я преодолел примерно за 1 час 18 минут.

Ко второму своему марафону в 1988 году я готовился серьезно. За 4,5 месяца набегал без малого 700 километров. Пробежал 5 раз по 15 км, 7 раз по 20 и 4 раза по 25 километров. Летом бегал в условиях жары – когда солнце в зените. 15 километров пробегал за час с небольшим, иногда быстрее, чем за час. Обычное время на 20 км – 1 час 35 минут, на 25 км – 2 часа. «Пятнашку» заканчивал с пульсом 120 ударов в минуту – очень спокойным для такого случая.

Рассчитывал, что тренировочный темп сохранится у меня и на марафоне. Тем более что на этот раз погода стояла нежаркая. Тревожили, правда, некоторые затруднения, то и дело возникавшие в тренировочных забегах. Однажды внезапно поразила боль в боку, и пришлось прекратить тренировку. На 25 км однажды открылась непонятная и мучительная боль в бедре. Такого надлома я надеялся избежать.



На этот раз старт был многочисленней - более 6 тыс. марафонцев. Но организация гораздо лучше. На термометре всего 25^0С. Единственный солнечный денек среди залитого дождями августа.

Из иностранных делегаций доминировали американцы. Они же на финише вручали свои майки и карточки для знакомств с неизвестными друзьями – горбачевская перестройка была в моде. Майку я потом долго использовал для тренировок, а открытка валялась в столе, пока я ее не выбросил. Писать за океан не стал. О чем? По отношению к американцам тогда не было ни зависти, ни интереса – скорее равнодушие.

Любопытно было, что трое американцев устанавливали на дистанции какой-то свой рекорд. Один бежал, жонглируя тремя шарами, а двое других несли для него запасные.

В начале забега я обгонял других марафонцев беспрерывно. Темп был 4,5 минуты на километр, который я выдерживал до половины дистанции. Пока не было усталости, наблюдал за стилем бега и за мелькающими номерами бегунов. Определял: этот заваливается на бок – не добежит; этот по-слоновьи стучит пятками – тоже не добежит. И тут же приходила самокритичная мысль: «А сам-то?». Про себя знал, что добегу, чего бы это ни стоило. В прошлый раз готов был хуже, и погода была ужасная, но ведь добрел!

5 км пробежал за 23.30, 8 км – за 37 минут, 10 – за 46 минут, 15 – за 1 час 8 минут, 20 км – примерно за 1 час 32 минуты, половину дистанции – за 1 час 38 минут. На половине дистанции свой прежний график обгонял на 12

минут. За 20-м километром на размышления уже не тянуло. 25 километров уложил в 1 час 58 минут. Потом навалилась усталость. До 30-го километра бежал со скоростью 5-5,5 минут на километр, вынужденно снижая темп.

До этого я бежал быстро, и за спиной оставались сначала плечистые и толстые, потом высокие марафонцы. На пике своего относительного успеха я бежал с невысокими и очень худыми. После 30-го километра все пошло в обратную сторону. Сначала начали нагонять мосластые, потом плечистые… Не все, конечно, но расслоение по типу комплекции я зафиксировал.

Несмотря на чудовищные волевые усилия за 30-м километром, вынужден был то и дело переходить на шаг. Но шел не более 50 шагов. Потом бежал, считая шаги, 300-400 шагов. После 35-го километра набирал подряд не более 150-200 шагов бегом. Последние 7 км тащился в темпе 7 минут на километр – еще не шаг, но уже и не бег. Мучила боль в левом подреберье. Терпел, пытался бежать, делая глубокие вдохи и выдохи. Но этого хватило километра на три.

Заметил, что слабость других расслабляет. Если кто-то передо мной остановился, меня тянет тоже перейти на шаг. И наоборот, если кто-то рядом находит в себе силы побежать, я тоже следую его примеру. Это помимо воли, на автоматизме. А волевым усилием можно все-таки заставить себя не поддаваться слабости и тормозить только когда уже совсем невмоготу.

Последние 5 км – страшные мучения. Идти не могу, бежать – тоже. Останавливаюсь, сажусь на дорожный бордюр, массирую каменеющие ноги. Потом иду несколько шагов, перехожу на бег. Через метров 150 ноги снова становятся безжизненными.

Время на финише – 3 часа 50 мину. Закончил дистанция с пульсом 170. Через полчаса пульс упал до 110, а часа через три был повышенным, но в пределах нормы – 85. Обычное восстановление, как после 25 километров.

Домой ехал полуживым. Когда в метро мне всего на одну остановку не хватило места, вдруг перестало хватать кислорода. Потом место освободилось, но и сидя я не мог найти позы, чтобы успокоить дурноту. Пришлось ткнуться головой в сложенные на коленях руки.

Дома быстро пришел в себя. Даже в ванной лежать более 10 минут не смог. И никакой эйфории, в отличие от первого марафона, и прекрасно проспал ночь. Подкачали только ноги, которые побаливали при движении.

Все-таки я оказался не готов в нужной мере. Вероятно, тренировочная дистанция должна была достигать 30 километров, а несколько раз надо было преодолеть и 35.

Я рассчитывал, что непременно выйду на марафонскую дистанцию снова. И готовился. Но жизнь устроена по своим законам. Больше в марафоне я не участвовал. Подготовился к старту на следующий год, но меня срезала медицинская бюрократия – слишком рано пошел получать справку из спортивного диспансера. И за день-два до старта, когда уже поздно было снова проходить всех врачей, я не был допущен до регистрации. Умолять врачей заменить справку без осмотра гордость не позволила.

Потом я начал подготовку к марафону 1990 года. И довел обычные забеги до 20 км. Но после выборов я стад депутатом Моссовета, навалились дела, которые почему-то казались сверхважными, и тренировочный график пошел прахом. К тому же родился второй сын, и жене надо было помогать.

Политика заставила вообще бросить участие в соревнованиях, ограничиваясь тренировочными забегами вблизи места жительства. А через пять лет занятия бегом оборвали травмы, которые давали знать, что молодость уже позади. За десятым километром дистанции несколько раз у меня происходило растяжение в коленном суставе. Пришлось поддерживать физическую форму с помощью пудовой гири, которая появилась у меня под диваном.

Марафон был для меня определенного рода индикатором – показателем внутренней энергетики, избыток которой мог быть растрачен именно таким образом. И многие, кто выходил со мной на дистанцию, не были профессиональными спортсменами. Просто им было мало ходить ежедневно на работу, а вечером – смотреть телевизор. «Агон» подхлестывал их, толкал к испытаниям.

Падение массового спорта в 90-е состоялось именно потому, что народ потерял энергию, растратив ее на суетливые поиски путей к обогащению в финансовых «пирамидах», на бесплодные попытки стать капиталистами. Вернуть в свою жизнь спорт для большинства стало делом невозможным, потому что забвение личного неуспеха (заведомо определенного «правилами игры») давал только телевизионный ящик, либо спиртное. Потому и детям невозможно стало преподать личный пример. Образовались целые потерянные поколения, которые были явно «не в форме».

Но для себя я все-таки нашел возможность поддерживать физический тонус. Состоялась мечта детства – в зрелом возрасте я занялся каратэ, сначала устроив на секцию своих сыновей. Сыновья, отзанимавшись по 8 лет, бросили каратэ, а я, начав в 38, и не думал бросать: минуло 40, минуло 50… Путь продолжается.

Остросюжетная политика

Реальная политика для меня началась в 1990 году, когда я победил на выборах в Москве и стал депутатом Московского городского Совета народных депутатов (Моссовета). И ничего не предвещало необходимости применять боевые искусства – к тому времени я был в неплохой физической форме, и это помогало в работе. Навыки самбо, полученные в юности, как-то к политике не были приложимы. И наверняка остались бы не востребованными, если бы не начавшаяся после государственного переворота 1991 года полоса сплошного беззакония, с которым постоянно приходилось бороться. И до сих пор приходится бороться.

Тогда, в 1991 году мне пришлось наблюдать не только наблюдать военную технику в центре Москвы, но и совать танкистам листовки, участвовать в создании баррикад. И обнаружить театральщину, постановочность всего этого «переворота», скрывшего реальный переворот, происшедший в течение осени того же года и разваливший страну без всяких танков. Разобравшись в ситуации еще тогда – в августовские дни, я стал врагом паразитического режима и прочувствовал все прелести противостояния на себе. Это был самый жестокий, политический «агон».

В 1992 годы я был впервые задержан милицией. Без всяких причин и при игнорировании депутатской неприкосновенности. Митинг на Тверской улице, организованный московскими депутатами, был разогнан по личному приказу самозваного мэра Лужкова. Сопротивляться милиции для меня смысла не было: мне нужно было быть вместе с другими задержанными, чтобы быть очевидцем нарушения их прав. Меня защищал мандат московского депутата. На следующий день на сессии Моссовета был поднят скандал, и глава московской милиции вынужден был оправдываться. Тогда у них еще водились какие-то остатки совести…

А потом был 1993 год, и на референдуме решался вопрос, получит ли Ельцин поддержку в своем противостоянии с Верховным Советом СССР. СМИ были заполнены поговоркой для тех, кто не желал думать: «да-да-нет-да». В мозг гражданам намеренно загружали слоган, определявший порядок голосования по четырем поставленным перед избирателями вопросам. Все силы режима были задействованы, чтобы отключить у людей сознание. И ресурсы Моссовета тоже решено было подключить. Втайне от депутатов руководство Моссовета приняло решение о массовом размножении листовок в поддержку Ельцина на собственной типографской технике. И надо же мне было оказаться на пути у проходимцев, которые таскали листовки из подвалов Моссовета для погрузки в машины…

Я увидел у проходной Моссовета гору бумажной продукции и решил ознакомиться с ее содержанием. Содержание меня не порадовало. Охрана ничего не могла сказать о происхождении этой горы. Я прихватил стопку примерно в тысячу листовок и отнес в свой кабинет. Затем вернулся и стал ожидать, когда явятся хозяева листовок. Сначала передо мной бегали какие-то исполнители, и гора нарастала и нарастала. Потом явился помощник мэра.

На мои требования объясниться он презрительно оттопырил губу и дал команду на вынос листовок из здания. Если бы он был вежливее, возможно, я не был бы столь настойчив. Но откровенное хамство пробудило во мне воинский дух, и я встал на пути бумажного потока.

Сквозь меня пройти было невозможно: как депутат я пользовался статусом неприкосновенного лица. Это, по крайней мере, избавило меня от вмешательства милиции – охраны Моссовета, которая кормилась, разумеется, с рук мэрии Москвы, уже давно перешедшей на сторону врагов нашей страны. Попытались передать листовки через мою голову – я смахнул их на пол. Попытались схватить меня за руки – ощутили проблемы со своими руками. И все же, в драку никто не лез. Лишь помощник мэра начал на меня орать, брызгая слюной. Я ждал, когда он коснется меня руками. И прикидывал, как он полетит через мое бедро. Но когда такое касание состоялось, рыхлый свитер помощника показался мне ненадежным для броска, и я просто уперся предплечьем в горло противника и придавил его к стене, вдоль которой лежали стопы листовок. А потом протащил его по этой скверной бумаге, рассыпая ее по полу.

На этом инцидент был исчерпан, поскольку беспорядки для службы охраны Моссовета были неприемлемы. Милицейское начальство решило, что проще листовки арестовать до выяснения обстоятельств. Их перенесли снова в подвал – в милицейское помещение, и там заперли. Через сутки арест был снят, но бумага стала макулатурой: листовки уже невозможно было распространить до начала голосования по вопросам референдума.

Референдум не дал Ельцину никаких преимуществ, не позволил ему принимать какие-либо законные решения. Но курс на переворот тогда уже обозначился достаточно ясно. И в октябре 1993 в Москве началась война. Мне довелось тогда сбрасывать со своим плеч свору пенсионеров – сторонников Егора Гайдара, которые перекрыли мне путь в Моссовет. Потом при свечах участвовать в раздаче пистолетов в здании Дома Советов. Оружия на всех не хватало, поэтому я решил, что меня защищает хотя бы депутатский мандат, и не взял в руки ПМ. Впрочем, и опыта обращения с ним у меня практически не было. Бог миловал – с ПМ у меня было гораздо больше шансов не выйти из здания на Краснопресненской набережной. Боевые навыки не понадобились.

Каким-то чудом тогда я не попал «под раздачу». Хотя и рисковал, когда у метро «Баррикадная» вцепился в накидку омоновца, который вместе со своими сослуживцами запихивал толпу протестующих людей в метро. Тогда на меня свой взор обратил ублюдок, который командовал всем этим. И могли бы меня тогда покалечить, если бы люди вокруг по чьей-то команде вдруг не сели. Идти по телам этот костолом с баранкой жира под подбородком не рискнул. Мой я «нарваться» и когда на Садовом вместе с другими осыпал камнями наступающую цепь омоновцев. Мог и потом из «черных списков» членов патриотических организаций перекочевать за решетку. Обошлось.

Следующий эпизод, в котором боевые искусства, наконец, понадобились, состоялся в 1994. Тогда штаб-квартира Конгресса русских общин находилась под пристальным наблюдением спецслужб: мы были в том самом «черном списке», который был составлен ельцинистами по итогам кровавых событий октября 1993. Вполне возможно, именно им я обязан нападением двух молодых людей, которые прикидывались «наперсточниками». Рядом с метро тогда можно было увидеть почти всюду этих жуликов: игра в наперстки соблазняла легкой наживой, а сценарий, в котором участвовало сразу несколько человек, предполагал, что выиграть можно, только если тут же проиграть, причем гораздо больше, чем был недавний выигрыш.

То ли это было какое-то задание, то ли жуликам нужен был скандал. Так или иначе, один из них бросился ко мне обниматься, а другой, когда я отвлекся на первого, нанес мне хорошо поставленный удар в нос. Темные очки отлетели в сторону, портфель выпал из моих рук, на белую сорочку из носа хлынул обильный поток крови. Когда туман перед глазами рассеялся, передо мной было радостно-наглое лицо бритоголового молодого человека, который готов был прибавить в мою голову еще несколько ударов. Но получил от меня удар ногой в живот.

Это был первый мой опыт публичной схватки более чем с одним соперником. И опыт показал: даже очень сильный удар ногой в корпус не слишком подрывает боеспособность противника.

Два удара подряд в область живота, нанесенные носком ботинка, не свалили наперсточника. В это время его приятель обхватим меня за корпус, блокировав руки. Если бы я не избавился от этих объятий, второй нападающий мог бы атаковать меня со спины. Пришлось применять малознакомый мне боевой прием. Мои руки болтались за спиной противника, охватившего меня со стороны груди. Через его затылок я дотянулся пальцами до глазниц и отогнул голову наперсточника (не догадавшись ударить его лбом в подбородок), и он вынужденно отпрянул, отпустив захват. Сзади уже набегал второй. И я встретил его ударом уширо-гэри навстречу (я тогда сделал его интуитивно, не имея опыта транировки), тут же переключившись на первого, за которого я держался за него, чтобы не упасть. От передней подножки противник перелетел в сторону своего приятеля, переживавшего удар моего каблука. Сообразив что-то, оба решили ретироваться резвым аллюром.

Вокруг стояла толпа наблюдателей, и никто не пришел на помощь. В этот момент я опустился на колено: кровь продолжала обильно течь на рубашку. Кто то предложил мне помощь в продолжении драки: догнать и добавить. Но у меня не было сил. Пришлось обращаться в медпункт близлежащей станции метро. Носовая перегородка была сломана, и я еще месяц маялся от невозможности нормально дышать во время ночного сна. Потом несколько процедур физиотерапии убрали опухоль, и операция не понадобилась.

Через несколько дней я нашел одного из нападавших – того, что первым ударил меня. На том же месте у метро. Он был в группе себе подобных, поэтому затевать драку было бы неразумным. Я отправился в опорный пункт милиции, размещенный в станции метро. И негодяй был тут же задержан. В отделении милиции был составлен протокол, и мне было решать, привлекать ли наперсточника к ответственности. Я решил не делать этого: слишком уж он был теперь жалок. Да и тратить время на этого уродца никак не входило в мои планы. Был ли он наемником или это была случайность, установить невозможно. Но вот какое совпадение: в тот же период штаб-квартира КРО была обстреляна снайпером с соседней крыши. Не с целью убить, но с целью напугать. Возможно, и меня просто пугали.

Еще через несколько лет, когда боевые навыки еще дальше отошли в прошлое, у меня состоялась потасовка с болельщиками, которые решили устроить драку в троллейбусе. Политическая составляющая здесь была в том, что к этому времени милиция уже практически прекратила свою деятельность. Поэтому нападавшие не были задержаны, их личности даже не удосужились установить.

Происшествие произошло, когда я ехал домой с политического совещания, держа под мышкой папку с документами и видеокассетами. В троллейбусе, который направлялся к моему дому, оказалась группа возбужденных спиртным юнцов со своими лидерами постарше. Они принялись задирать, а потом избивать какого-то пожилого мужчину, который посмел сказать, что болеет за другую команду. Я прекратил избиение, перехватив руку, которая намеревалась нанести очередной удар в лицо. И вся свора бросилась на меня. Я оказался в узком проходе, и это дало мне небольшое преимущество. На едва доставший меня удар, я нанес сильный удар в лицо, и напавший на меня наглец выпал в толпу своих сообщников с криком: «Он мне нос сломал!». Второй набросился на меня, когда троллейбус на повороте качнуло, и попытался повалить рывком под себя. Я нанес ему два удара кулаками в живот и освободился, предварительно отбросив свою папку на колени пассажирам. И тут на мою голову обрушилась пряжка солдатского ремня. Я никак не ожидал, что рослый парень перегнется через плечи своих более мелких приятелей и нанесет столь длинный удар. Только то, что я слегка подсел и отклонился, позволило избежать более серьезной травмы. Пряжка сорвала с головы кусок кожи и кровь полилась на лицо и за шиворот. Почти сразу прилетел удар ногой в корпус, который отбросил меня к колеблющейся стенке неторопливо переезжающего трамвайные пути троллейбуса. Ответный удар ногой едва достал моего противника, который вновь хлестанул ремнем - пряжка скользнула по моей голени.

В этот момент троллейбус остановился и прямо между мной и группой нападающих в салон зашел сотрудник милиции в форме. Вмешался он вынуждено. И, вместо того, чтобы задерживать болельщиков, принялся их уговаривать. Те готовы были вновь на меня напасть, но все не решались. На следующей остановке я выпрыгнул из троллейбуса, чтобы дома промыть рану и прийти в себя. Последующее обращение в милицию не дало никаких

результатов. Меня пригласили опознать задержанных, но это были другие юнцы. Они начали мне что-то насмешливо говорить через решетку «обезьянника», но дежурный вскипел, открыл клетку и отхлестал зачинщика словесной перепалки по щекам. Рука у него была тяжелая, и юнцы сразу притихли, и больше не проронили ни слова.

Самое впечатляющее политическое применение боевых искусств – битие Жириновского - на долгие годы стало моей визитной карточкой. По этому событию меня помнили многие. Ибо тогда только человек, не включающий телевизор и не имеющий доступа в сеть интернет, не видел этих кадров – усмирение штатного шута всех политических баталий.

Еще на дебатах во время выборов 2003 года с Жириновским у меня была стычка: он наговорил гадостей нашему соратнику по «Родине» генералу Шпаку. Времени предъявлять претензии в эфире не было, и я использовал последний шанс: задал Жириновскому неудобный вопрос о том, сколько у него родин. Прямо напоминая ему участие в обществе «Шолом», где без воспоминаний о «земле обетованной» не обходилось. Всероссийский мерзавец вскипел и завопил, что «набьет мне морду». Я вышел в проход между трибунами, где размещались команды – соответственно, «Родины» и жириновцев. Жириновский бросился ко мне. В момент, когда он находился на расстоянии двух шагов, я принял бойцовскую стойку – тогда я уже имел существенный опыт в занятиях каратэ. И Жириновский всей своей грузной фигурой как будто натолкнулся на прозрачную стену, резво отпрыгнув назад. На его место через секунду влетел еще один толстяк – из холуев любимца всех недоумков. Но рук не поднял, отчего и мне не было резона его бить.

В следующую минуту в проходе оказались уже почти все, что был на трибунах. Между мной и Жириновским образовалась небольшая толпа из его приспешников и «родинцев». В окружении своих почитателей Жириновский воспрянул и полез через толпу ко мне. Когда до меня оставался шаг, и ему осталось оттолкнуть только Николай Павлова, мне пришло неожиданное решение залепить Жириновскому ногой в ухо. Просто он так удобно стоял. И мой ботинок едва не долетел – только чиркнул негодяя по плечу. Правда, этого хватило, чтобы потасовка прекратилась, продолжившись только бурными излияниями Жириновского, который беспрерывно орал еще минут 15, пока обе команды не покинули телецентр.

Этот эпизод, как и последующие, выпал из прямого эфира, потому что организаторы дебатов (кажется, 1-й канал), решили скрыть скандал рекламой. Зато эпизод был шумно раскручен в прессе. Много лет спустя я узнал, что финансисты «Родины» не пожалели 20 тыс. долларов, которые выплатили журналистам за совершенно фантастический пересказ данного события, где выходило, что Жириновский был отправлен в нокаут. Во время избирательной кампании это было для публики забавным и прибавляло интереса к «Родине». Которая, правда, просуществовала всего-то три года, сделав много, но так и не оправдав возложенных на нее надежд.

Генерал Шпак намеревался отомстить за оскорбление, но в итоге лишь дал мне охрану на следующие дебаты - из своих десантников-гигантов. Те

смотрели на охрану Жириновского сверху вниз. И сам Жириновский, оставшись в студии без поддержки (в дебатах участвовали всего три человека, включая также невнятного Сергея Миронова), был тих и скромен.

Потом я сталкивался с Жириновским и его бандой уже в Думе. Однажды, когда вынужден был прикрывать Николая Павлова, вступившего в перебранку с криками через весь зал. Жириновский со своим телохранителем через некоторое время подошел с предложением Павлову выяснить отношения за пределами зала заседаний. Я пошел за Павловым. И, несмотря на провокации и набежавших холуев из фракции Жириновского, не дал драке состояться. Грубо отпихнув Жириновского, напиравшего на меня, я сопроводил это действие презрительным определением его в «блатные шестерки». Что, возможно, врезалось в мозги моего противника и стало причиной следующего эпизода – наиболее яркого и предельно публичного.

30 марта 2005 года заседание Думы не предвещало никаких особых событий. Я запасся интересовавшими меня документами и намеревался прочесть их в то время, пока в зале будут идти традиционные препирательства по повестке дня. Читать пришлось «под грохот канонады» - практически вся фракции Жириновского записалась на выступления. Ее депутаты говорили (или галдели) вовсе не о повестке, а только о том, что в Ямало-Ненецком автономном округе на выборах были чудовищные нарушения законодательства. Мол, поэтому их партийный список сняли с дистанции. Нарушения, конечно, были. Как нам сказали здесь же в Думе прямо с места председателя. Мол, так теперь ведется «политическая борьба за власть».

Ничего нового в истерике Жириновского, поддержанной его соратниками, не было. И в ругани, где слово «бандиты» - самое мягкое, тоже. Объявление о выходе из зала фракции шутов в знак протеста против нарушений избирательного законодательства их же хозяевами меня тоже мало трогало – за год с лишним работы в Думе я навидался подобных спектаклей. Знал, что все это шумиха – не более того. Жириновский власть никогда не подводил и никогда ей не противостоял.

Так вот. Жириновский, изрыгая проклятия по самым разным адресам, двигался по проходу так, чтобы как можно дольше затянуть процесс, попадая в телекамеры во всех подробностях. На жалко – эта физиономия еще не самое гнусное, что показывают по нашему телевидению. Я продолжал чтение своих бумаг.

Перед тем, как окончательно выйти из зала, группа во главе с Жириновским остановилась - аккурат напротив места, где я сидел со своим чтением. Жириновскому надо было проораться до конца. Или разогреться перед запланированным мероприятием. Фотографии показывают, что его команда прямо-таки выстроилась перед местом, где через полминуты произошло столкновение.



Во время ора Жириновского в поток его воплей вплелась наивная и совершенно спокойная реплика моего соседа – депутата Ивана Кирилловича Викторова. Он произнес в направление спины Жириновского: «А что же вы, Владимир Вольфович, смеялись, когда «Родина» заявляла о нарушениях в Воронежской области?» Раствравленный собственными криками Жириновский тут же обернулся к Викторову и стал вопить, брызгая во все стороны слюной. Текст ора был бессвязен. Что-то вроде: «Вы, «Родина» - бандиты! Вас для этого и придумали! Подонки! Суки!»

Воздух вокруг меня наполнился смрадными брызгами и затхлостью грязной подворотни. Я брезгливо прикрылся от Жириновского своими бумагами и произнес, не повышая голоса: «Убери слюни».

С этого момента все внимание Жириновского сосредоточилось на мне. Он побледнел еще больше, глазные яблоки приобрели багрово-фиолетовый оттенок. «Я тебе морду разобью, сволочь!!!» - что-то подобное изрыгнула пасть клоуна. Я опустил бумаги и, как в инциденте во время избирательной кампании 2003 года, когда до рукоприкладства не дошло, и я только

обозначил возможность удара ботинком в ухо, спокойно предложил: «Попробуй». И еще иронично покачал головой: эко тебя разбирает…







Вероятно, моя невозмутимость совсем уж увела Жириновского за грань нормы. Его психоз прорвало, точно гнойный нарыв. Задохнувшись ненавистью, Жириновский плюнул в меня что есть мочи. Его стремление набрать во рту как можно больше слюны, позволило мне среагировать. Листы бумаги, которые я держал в руке, мне удалось подставить под плевок. Вонючая аэрозоль отразилась Жириновскому в его собственное лицо.

Дальше я смог восстановить последовательность телодвижений только по видеосъемке. Но и она не отразила всего, поскольку мне, как включенному наблюдателю, кое-что было виднее.

Мой удар в скулу Жириновского последовал вовсе не сразу за его плевком. Мне еще надо было встать с кресла, уклониться от захвата, которым Жириновский и его приспешник, бывший телохранитель депутат Абельцев хотели стащить меня в проход. Иван Викторов перехватил нечто похожее на удар со стороны Жириновского («вялой рукой, не знавшей лопаты», как передал потом свои ощущения Иван Кириллович). Абельцев пытался захватить меня за галстук, потом – тоже произвести нечто вроде удара, на что получил легкий тычок в лицо. Только после этого я наградил Жириновского ударом в скулу.

Жириновский пытался отпрянуть, поэтому мой удар шел вдогонку и не был сильным. Не было возможности вложить в удар корпус – стесняла позиция за депутатским столиком, не позволявшая сделать даже полшага или наклониться слегка вперед. Впрочем, в тот момент я инстинктивно ощущал,

что причиненный мне ущерб ничтожен – его недостаточно, чтобы ломать противнику череп. Вполне хватило обозначить звонкий шлепок по физиономии.

Знаю, что многие оспорят это суждение, считая, что я должен был зашибить клоуна чуть ли не насмерть. Но я не убийца и не живодер. Тем и отличаюсь от той шпаны, которую олицетворяет собой Жириновский. К тому же моя профессия мыслительная, а занятие боевыми искусствами в то время все еще были факультативом. Меня больше бы устроило внимание к моей ученой книге в 800 страниц, которую я получил из издательства накануне потасовки. Но ею пресса не заинтересовалась, а с ней равнодушной к моим трудам была и публика.



После моего удара в скулу Жириновскому, на меня бросился грузный Абельцев, пытаясь заблокировать в той щели рабочего места, которую я занимал. Он оказался удивительно неловким для охранника. Я просто пропустил мимо себя его вялый удар и уложил на столик рядом выше. Он растянулся как жаба. А я еще придавил его шею предплечьем; потом вывернулся со своего места и встал в проходе на ступеньках, удерживая Абельцева. Снизу ко мне подскочил сынок Жириновского – нескладный и мосластый Лебедев, в котором я всегда видел что-то дебильное. Он кинул вперед кулак. Я увидел этот удар и легко его сблокировал повышающим блоком (агэ-укэ) правой руки, левой все еще удерживая Абельцева. Лебедев отскочил как ошпаренный, ожидая более удобного момента для атаки и пропуская других своих соратников вперед. Но те не рискнули напасть. Не опуская поднятой правой руки, я нанес удар в челюсть развернувшегося ко мне лицом Абельцева. Он ведь вовсе не хотел сказать мне, что я неправ.

Одновременно ко мне придвинулись Лебедев и еще кто-то. Удар Лебедева пришелся в плечо, и я отступил вверх на одну ступеньку.

Вот тут и состоялся «полет свиньи». Жириновский, совершенно потеряв человеческий облик, полез по сиденьям депутатских кресел и бросился на меня - с тыла и сверху - в тот момент, когда я сделал шаг назад, отступая перед наседающим противником. Жириновский намеревался захватить ворот моего пиджака и натянуть его на мою голову, чтобы устроить «темную» - как это принято у шпаны. Не рассчитал – я поймал теряющее равновесие тело клоуна и, сбрасывая с себя пиджак через голову, уронил его на ступеньки лестницы в проход между рядами депутатских кресел. Если бы не лестница, это был бы очень тяжелый удар оземь. Разве что края ступенек прошлись по ребрам моего противника, пролетевшего вверх по лестнице относительно исходного пункта, где началась потасовка.

Подо мной лежал жалкий Жириновский, принявший позу эмбриона и трепетавший в ожидании удара. На какой-то миг я придержал этот удар. И снова ударил шута несильно, но больно – в скулу. Добивание могло быть с вкладыванием всего тела. Но передо мной была беззащитная тварь, да и на руках был сброшенный через голову пиджак. Я только обозначил удар, чтобы не было сомнений – контакт состоялся.

Считая, что эпизод завершен, я начал подниматься. И тут оказалось, что ко мне со всех сторон бегут члены шайки Жириновского. Мои плечи в этот момент попытался схватить депутат Шайхутдинов – известный покупатель депутатского мандата, скоробагатей. И из-под его руки удар ботинком мне в лицо с более высоких ступенек нанес депутат Островский – еще один из кремлевских любимцев и особенно близкий Жириновскому мальчик. Со спины подтянулась остальная шушера. На мне повисли со всех сторон. Абельцев, пользуясь тем, что я не мог повернуться, залез ботинками на кресло и по-бабьи стал дубасить меня по спине. С той же бабской трусливостью наскакивал и Лебедев, отпрыгивая после каждого удара по моей спине. Жириновский, выпроставшись из-под меня, попытался также вцепиться, но только чиркнул браслетом часов мне по лбу, оставив ссадину.

Жириновцы облепили меня со всех сторон, пытаясь свалить на ступеньки. Биомасса нависла как шатер. «Где этот чертов Малышкин!», - звал на помощь своего вышибалу мой противник. Я прикрыл лицо от ударов снизу. И досталось мне немного – я уже чувствовал, что жириновцев начинают растаскивать наиболее подвижные депутаты, оказавшиеся поблизости (спасибо им – настоящие мужики!). Поэтому когда я почувствовал, что могу заехать правым локтем в чей-то подбородок, решил не делать этого – мог покалечить своего. То же и с чьими-то пальцами, которые я захватил и готов был уже порвать ладонь, но отпустил. Биомасса остывала. Через секунду я выскользнул из враждебных объятий вверх по лестнице.

Откуда я получил удар в нос, вызвавший кровотечение, в тот момент я не смог определить. Это был удар Островского, который тут же трусливо бежал с места событий. Когда свору Жириновского удалось оттащить от

меня, я отправился в туалет, чтобы умыть лицо и остановить кровотечение. Там я увидел Островского, и вполне мирно сказал ему: «Хорошо я влепил твоему шефу». Думал, что для Островского это новость. И удивился, когда тот, скользя спиной по кафельной стенке, безмолвно шмыгнул в коридор.

Рубец на лбу, ссадина на скуле и кровоточащий нос можно считать сущими пустяками в сравнении с видом трепетавшего негодяя и тем удовольствием, которое битие Жириновского доставило всей стране.

В конце заседания Думы Жириновский снова попытался спровоцировать драку – пришел с кучей своих приспешников в зону размещения фракции «Родина» и стал вопить свои гнусности, ожидая, когда можно будет юркнуть за спины «братвы». Мы встретили его хамство хладнокровно. Тем более, что было видно – жириновцы явно трусят. Вопил только их главарь, остальные, что-то вякнув, старались отвести глаза и не привлекать к себе внимания. Проорав, что нас всех перестреляют из автоматов, Жириновский вымелся из зала заседаний.

Для Думы это был позор страшный. Особенно после того, как руководство «Единой России» решило все спустить на тормозах, представив дело так, будто силовая разборка в зале российского парламента – частное дело ее участников. Председателю Думы Борису Грызлову, как мне известно, замять дело дал указание лично первый политтехнолог Кремля Вячеслав Сурков, а тому – Путин. Поэтому предложение о лишении Жириновского поста вице-спикера, выдвинутое при активной поддержке руководства парламентского большинства, после перерыва в заседании рассосалось. Жириновцы весело аплодировали решению Грызлова и его соратников не лишать их лидера государственного поста.

Сатисфакция, которую получила от деятельности Жириновского страна, – две увесистые (пусть и не убойные) оплеухи, которые Жириновский получил публично. Первую видели все, о второй могли догадываться. Мне не удалось встретить ни одного человека, который бы не воспринял эти оплеухи как совершенно заслуженные. Вменяемому человеку очевидно, что Жириновского следует проучить и, по возможности, вообще не допускать до политики. Место ему – либо в психушке, либо в тюрьме. Но очевидность, как оказалось, - ничто для политиков и журналистов. Действительно, персонажи гоголевских «Мертвых душ» перед нынешними политическими типами и газетными вралями – просто тряпичные куклы.

Среди политиков рекордсменом лжи стал глава думского комитета по регламенту Олег Ковалев, который и во всех предшествующих думских сюжетах отличался подчеркнутой карикатурностью поведения, каждый раз цинично выворачивая действительность в пользу начальства. В иные времена его погнали бы от политики палками и подняли бы на смех. Но тут не до смеха – Ковалев стал важным фактором политики. Его лицо – лицо современной власти и образ современного Плюшкина одновременно. Калейдоскопом по этой физиономии скользят наиболее гнусные типажи великой русской литературы, изображающие порок.

Так вот Олег Ковалев, сначала бурно последовавший за начальством в своих требованиях примерно наказать Жириновского за организацию драки и даже лично написавший проект постановления Думы об отрешении драчуна от должности вице-спикера, внезапно сменил позицию. За два часа перерыва в заседаниях он уже переметнулся туда, куда начальство только стыдливо бросило взгляд. Он заговорил, что видеозапись показала невозможность оценки случившегося без вмешательства правоохранительных органов, а в конце даже прибавил, что, по его мнению, «виноваты оба». То есть Жириновский и я. А куда девалась куча народу, которая бросилась на меня? Да разве Ковалеву отвечать на эти вопросы! Он уже запрыгал впереди несущегося к позору паровоза с Путиным во главе. Грызлов еще останавливал его, предлагая не давать торопливых оценок, а Ковалев уже знал, что Грызлов станет на его позицию, а то и двинется дальше.

Ковалев дал всем пример бесовской издевки над действительностью: «Когда я детально изучил стенограмму и просмотрел видеозапись, у меня возникли большие сомнения в адекватности такого наказания. Ударил-то первый Савельев, а не Жириновский! Мы несправедливо поступим, если накажем только Жириновского. Поэтому я и предложил не рассматривать сегодня постановление, дать время разобраться». В общем, как в детском саду – а кто первый начал? Как будто двое решили разобраться в песочнице на кулачках.

Когда Дума отклонила постановку вопроса о санкциях против Жириновского, Ковалев сказал журналистам: «Довольно сложно определить, кто виноват в большей степени - кто спровоцировал ситуацию, или кто первый распустил руки». «Я посмотрел материал - Савельев говорит Жириновскому "Кончай брызгать слюной". Жириновский плюет, Савельев - бьет. Сложно определить, кто виноват в большей степени: кто первый плюнул, или кто первый распустил руки».

Через три дня Ковалев, даже зная, что Генеральная прокуратура начала опрос свидетелей инцидента, предпочел открыто заявить свое мнение: во всем виноват Савельев! «Мы пришли к выводу, хотя Жириновский известный человек, и драку связали именно с его именем, но вторая сторона не менее, а может быть и более виновата в происшедшем». Потому мол, что Савельев сказал Жириновскому: «Не плюйся! Уходи отсюда!» «Не знаю, как поступил бы каждый из нас, если бы ему бросили такие слова», - сказал Ковалев. Поэтому Ковалевым оправдан и плевок Жириновского (если говорят «не плюйся», надо же обязательно плюнуть!), и нападение банды жириновцев, последовавшее сразу за плевком. Вот если бы Савельев плюнул в ответ – тогда другое дело, тогда все было бы «адекватно».

Ковалев угадывал движения души начальства уже по тому, как Грызлов реагировал на картину драки, развернувшуюся перед его глазами. Грызлов: «Мужчины, давайте не уподобляться другим парламентам... (пауза). Мужчины я вас попрошу... (еще длинная пауза). Мужчины я вас попрошу охладиться в холле... Владимир Вольфович, пожалуйста, выйдите из зала». Как истинный любитель футбола, Грызлов не мог придумать для

журналистов ничего умнее, чем удостоить Жириновского угрозы «показать красную карточку». Еще нежнее высказалась мадам Слиска, вице-спикер Думы того периода: «Депутата с таким стажем, как у В.Жириновского, такое поведение не красит». Сильно сказано: «не красит»!

Срам Генпрокуратуры, разумеется, был заказан Кремлем. Следователь по особо важным делам Лосева (заметим, что здесь понадобилось разбирать именно «особо важное» дело, а не мелкое хулиганство) сделала свою часть работы отменно. Но выводы за нее написали в Кремле – мол, нет повода для возбуждения уголовного дела. В Думе все было готово, чтобы оградить Жириновского даже от ответственности за мелкое хулиганство. Грызлов на заседании Думы не дал никому рта раскрыть – сразу поставил на голосование подготовленный проект «закрытия» дела. Отказавшись обсуждать представление Генпрокуратуры о лишении депутатской неприкосновенности группы во главе с Жириновским и меня, думское руководство нарушило законодательство о статусе депутата и совершило моральное преступление. Состоялся тихий позор государственной власти.

Если государственные мужи врали и подличали, то что оставалось делать журналистам? Они вгоняли в подлость своих читателей с не меньшей энергией, чем политики. Спасибо, что телевизионная картинка говорила сама за себя. И подлости журналистов мало кого интересовали. Я получил море восторгов, по поводу того, что «этого шута» наконец-то вздули. Не знаю, что там показывали за рубежом, но один из друзей написал мне, что новости по одному из популярных каналов ФРГ начинались весь день не со Шредера, а с Савельева. В Америке НТВ транслировало все с той же интенсивностью, что и в России. А по американским каналам без комментариев показали думскую свалку, указав, что в России все еще хуже, чем у американцев. Там тоже все это очень любят.

Как и страну, меня удовлетворяет общее эмоциональное переживание, в котором мне довелось сыграть важную роль. Влепить по морде негодяю – это дорогого стоит. Вдвойне дорого сделать это публично, втройне – знать, что это событие увидели миллионы людей. Множество слов поддержки, услышанных мной, пробуждают надежду, что в обществе еще не все потеряно. Если Жириновского можно бить перед телекамерами, значит шпану, заполнившую страну и особенно власть, можно и нужно бить повсеместно.

Позднее еще не раз политика сопрягалась у меня с боевыми искусствами. В том числе, и в противостоянии с милицией, переставшей защищать граждан и предпочитавшей безропотно выполнять противозаконные команды начальства.

В 2007 году на одном из митингов, организацией которого я занимался, младшим чином милиции мне было предложено обойти всю толпу кругом, вместо того, чтобы пройти к сцене прямо через барьеры, которые без всякой причины огораживали территорию прямо за сценой. Я показал свой мандат депутата Госдумы, но младшие чины, скопившись уже целой группой, решительно не желали меня пропускать. Тогда я силой раздвинул

заграждения и прошел за них, волоча на себе двух или трех сержантов. Беспредел с их стороны был остановлен лишь явившимся подполковником, который что-то мне начал объяснять, а я ему – объяснять закон о статусе депутата. Потом руководство МВД предпочло «не найти» нарушителей закона, как и потом – всегда оставалось на стороне преступников во всех случаях, которые меня касались. Во всех без исключения. Судьи, прокуроры, следователи, милиция-полиция ни разу в моем опыте не были на стороне закона и справедливости. Ни разу!

Особенно тесное взаимодействие с полицией (после переименования милиции) произошло уже в 2012 году, когда по доносу нашу колонну атаковали накануне согласованной акции совершенно уже обезумевшие от безнаказанности боевики режима в полицейской форме. Борцовские навыки понадобились мне в полной мере, когда пытались тащить в автобус наших соратников, и я до побеления пальцев держал одного из них за одежду. А потом, когда тащили меня, пытаясь выкрутить руки. К сожалению, беговая подготовка была уже далеко в прошлом, и ускользнуть от полиции, когда уже всех моих соратников затащили в автобус, не удалось. Предпринятый спурт был скован тяжелыми парадными сапогами, и квартет полицаев меня быстро нагнал. Повалить меня или скрутить руки у них шансов не было. Но и мне некуда было деваться: открывшаяся травма связки под коленом не позволяла не только бежать, но даже толком идти. Зато я познакомился во всех деталях с полицейскими и судебными подлостями – с письменным и устным враньем в суде.



Наконец, еще два эпизода, соединяющих политику и боевые искусства.

С недавних пор заметную популярность в стране стало приобретать движение ЗОЖ – за здоровый образ жизни. Наиболее яркое его проявление – «русские пробежки». Когда вместо политической акции молодежь устраивает забеги с провозглашением лозунгов: «Русский – значит трезвый!» «Кто не курит и не пьет, ровно дышит, сильно бьет!» и подобных. Все это почти сразу стало вызывать особенно напряженное внимание со стороны властей и

полиции. Тем не менее, далеко не всегда полиции удавалось найти в этих пробежках что-то политическое.

Мои соратники постоянно участвовали в русских пробежках. Однажды и я приобщился к ним, отправившись в Щелково после плановой тренировки в субботу. Я и не думал выкладываться там, поскольку тренировка меня и без того уже сильно утомила. Подумал, что пробегу столько, сколько смогу. На поверку получилось, что силы еще есть. Ну а раз так, то в конечной части маршрута я поучаствовал и в хоровых приседаниях, и отжиманиях и даже в упражнениях «стенка на стенку». Когда две плотные группы, набирая скорость, сталкиваются, стараясь смести команду противника. Этот безударный вариант русской забавы требует немалых сил. И я вымотался окончательно. А тут начались дружеские спарринги по боксу.

Я не мог устоять перед соблазном поучаствовать в боксерском поединке, хотя толком боксом не занимался никогда. Казалось, что это вызов: раз я рядом стою, то должен по мере сил (которых не осталось) поучаствовать. В партнеры мне достался парень лет на 10 меня моложе и с хорошей боксерской подготовкой. Если поначалу, я весело уклонялся от его выпадов и награждал его дружественными шлепками боковыми ударами, то когда ноги стали как палки, он стал меня переигрывать, встречая каждый мой шаг вперед сильным джеббом. Мне явно не хватало скорости, и я стал больше работать корпусом на уклонах. В конце поединка партнер подловил меня на таком уклоне, и сильно ударил снизу левым апперкотом. Я тут же ответил сильным правым прямым. И это же были удары не соответствующие дружескому спаррингу. Хорошо, что и время поединка подошло к концу.

Натура толкала меня в бой, и это соответствовало политической задаче: наша организация должна была показать, что и кулачная забава для нее – веселое мужское развлечение. По видеозаписи я постарался посчитать удары, и убедился, что бой я не проиграл: получился примерный паритет. И это согрело мне душу. В 50 лет рискнуть, нарваться на сильного соперника и не проиграть – это дорогого стоит!

Бюрократия против каратэ

В ноябре 2006 года на электронном ресурсе «Айки-дзюцу» мною было обнаружено изображение образца сертификата, отражающего присвоение некой организацией высокого ранга мастерства в боевых искусствах. Точнее, сверхвысокого – какие должны быть в единичных случаях. Среди пестроты печатей и штампов было то, что вызвало у меня подозрения в мошенничестве: использовались печати с государственной символикой, и имелась ссылка на некую Комиссию Государственной Думы по физкультуре и спорту. Такой комиссии в Государственной Думе не могло существовать, поскольку любые комиссии утверждаются решениями Государственной Думы на пленарных заседаниях и отчитываются о своей работе. «ЭКС по ПНБ Государственной Думы РФ», указанный в заголовке сертификата, как следует из текста одной из печатей, это Экспертный консультативный совет

по проблемам национальной безопасности. Подобный совет может быть образован, скажем при Комитете ГД по безопасности, но только в неформальном порядке. Каких-либо полномочий он иметь не мог, а тем более соучаствовать в присвоении мастерских степеней по боевым искусствам и владеть гербовой печатью. Обилие государственной символики и оформленное нарочито помпезно (скорее даже вызывающе безвкусно) присвоение высочайшей квалификации, которая может быть в боевых искусствах, навели меня на предположение о том, что здесь не только дискредитация БИ, но и нарушение закона.

Я предпринял усилия к тому, чтобы самозванцы были наказаны или хотя бы прекратили свою практику раздавать сертификаты о высшем уровне мастерства. Ведь они обманывали любителей каратэ, преподнося им свои статусы как официальные и даже одобренные государственными органами. Налицо было мошенничество, которое я попытался пресечь. Что это мошенничество, в аппарате Госдумы признали в официальном ответе. Но вот органы прокуратуры, как это всегда бывает, встали на сторону мошенников. Они определили мошеннический сертификат, вводящий в заблуждение любителей каратэ, как «общественную награду». Даже факт использования поддельной печати с государственной символикой не смутил прокуроров. Я уже не говорю о том, что Экспертно-консультативный совет по проблемам национальной безопасности при Председателе ГД был ликвидирован еще в 2002 году «в связи с многочисленными фактами использования удостоверений членов Совета, титульных бланков Комиссий Совета в мошеннических целях». Бюрократия в лице прокурорских чиновников и самозванцы, внедрившиеся в мир каратэ, действовали заодно. Это одна из причин умирания массового спорта и малочисленности самодеятельных коллективов, практикующих обучение боевым искусствам.

Другая история высветила, как действует спортивная бюрократия и насколько ничтожным она считает самопроизвольную организацию граждан в спортивные союзы.

Одним из главных участников этой истории является Вячеслав Фетисов – в прошлом прославленный хоккеист, любимец публики. На короткое время ему довелось стать главой Федерального агентства по физической культуре и спорту. И на этой должности он проявил себя не как бывший спортсмен, а как бюрократ, предавший все, чему служил прежде.

Фетисов научился неплохо выступать. Но чему служили эти выступления? Исключительно бюрократизации спорта. Одна из ключевых инициатив Фетисова – введение тотальной слежки за спортсменами путем обязывания всех и вся иметь «паспорт спортсмена» с микрочипом, содержащим досье на самого себя.

Другое проявление Фетисова – автоматизм в исполнении законов бюрократии. Если кого-то чиновник признал вредным для себя элементом, то во всех звеньях управления должна начаться травля. Именно так и поступил Фетисов, когда ему были представлены на подпись документы против Конфедерации каратэ России. Ни в чем не разбираясь, Фетисов подмахнул

приказ о выведении из стилевого каратэ дисциплину «иппон-санбон», которая развивалась данной Конфедерацией. Тем самым Конфедерация отлучалась от государственной поддержки.

Что же стало причиной столь решительной расправы над Конфедерацией, объединявшей большую сеть секций по всей стране?

На международных соревнованиях по стилевому каратэ в Ганновере произошел незначительный конфликт. В результате руководство Всемирной конфедерации каратэ WKC (подобных конфедераций в мире насчитываются десятки, если не сотни) без всяких разбирательств, произвольным решением отстранило наших спортсменов от участия в соревнованиях на год. Поскольку руководство российской Конфедерации столкнулось с явной несправедливостью, оно вступило в переписку. Вместо поиска разрешения ситуации, международные бюрократы ужесточили свое решение: исключили Конфедерацию из международной структуры и направили данное решение в адрес Росспорта.

Нездоровая атмосфера в мире каратэ побуждает всякому подставлять ножку, если он хотя бы слегка покачнулся. Именно так поступил президент Спортивного союза стилевого каратэ, без всяких разбирательств и без выяснения ситуации осудивший наших спортсменов и поддержавший репрессивные меры против них. Условием восстановления статуса во Всероссийском реестре видов спорта было определено восстановление статуса в международной федерации. Поскольку никаких обсуждений даже в руководстве Спортивного союза не было, письмо президента Спортивного союза в адрес Фетисова можно расценить только как бессовестный донос.

Пытаясь прекратить безобразные бюрократические игрища, я попытался попасть на прием к Фетисову. Как полагается по статусу депутата, я имел право на внеочередной прием. О таком приеме я попросил через секретаря сначала по телефону. Молчание. Затем направил телеграмму. Фетисов не откликнулся. Он предпочитал нарушать закон, но не бюрократическую солидарность.

Остановить исключение Конфедерации каратэ из реестра, я не смог. Вместо Фетисова мне ответил его заместитель. Это был ответ циничный и подлый. В нем речь шла о сообщении Всемирной конфедерации о «неприемлемом поведении» наших спортсменов. О сути «неприемлемости» умалчивалось. Таким образом, репрессивное решение было принято лишь на основании писем! Два письма неизвестно о чем – от руководства WKC и лично от г-на Крысина, председателя Союза. И это основание? Да, для бюрократа это основание. Потому что его главная задача – без проблем ездить за рубеж за государственный счет. Интересы российских спортсменов ему не могут быть близки, их он защищать совершенно не намерен. Ибо бюрократическая солидарность переступает национальные границы.

Под видом спорта – традиционного и древнего элемента культуры – в России выращивается колоссальная бюрократическая организация, для которой спорт представляет собой лишь сопутствующее шоу, обосновывающее бюджетные растраты.

Читая письмо г-на Короля, заместителя Фетисова, я не мог не надивиться его цинизму. В этом письме черным по белому было написано, что моя квалификация действий Росспорта как «дискриминационных» предлагает руководителю Росспорта «волевым порядком вмешаться в инцидент в рамках общественного объединения». Вот так раз! Да как раз я предлагал не предпринимать никаких волевых решений. А Фетисов такое решение принял. Его заместитель, переворачивая ситуацию вверх дном, объявил «волевым вмешательством» как раз то, что предлагал я – невмешательство, сохранение возможности разрешения конфликта внутри общественной организации. В дополнение г-н Король сообщил мне, что закон «Об общественных объединениях» воспрещает органам государственной власти и должностным лицам вмешиваться в деятельность общественных объединений. Я и просил не вмешиваться. У чиновника Росспорта выходило, что невмешательство – это и есть вмешательство. Ну что же это такое?! Логика бюрократии. Она настолько цинична, что нам этой логики никогда не понять.

В конце концов, Конфедерация каратэ России нашла выход – прошла аккредитацию по другому виду спорта. Но почему граждан, объединение спортсменом должны обивать пороги чиновничьих кабинетов? Почему? Откуда взялась на наши головы эта бюрократическая процедура, где все беззаконно, все аморально?

Фетисову в компании бюрократов не поздоровилось. Он-то надеялся, что ему дадут подмять годами наработанную группировку спортивной бюрократии выстроить ее под себя. Не вышло. После пекинской Олимпиады 2008 года, где российская сборная выступила слабо, а в ряде дисциплин совершенно провально, Росспорт был ликвидирован, а сам Фетисов отправлен на покой. Он так и не понял, что должен был не играть с бюрократией, не встраиваться в эту систему, а опереться на массы спортсменов, на самодеятельные общества, на общественное мнение. Надо было просто не забывать свою собственную спортивную судьбу с самого ее начала, на начинать жить как бюрократ, а продолжить себя как спортсмена.

Желающих заниматься каратэ всегда будет немало, как бы ни старались чиновники сократить их число. Можно вообще нигде не регистрироваться и учиться у настоящих мастеров, которые с чиновниками не поддерживают никаких отношений. Но у большой спортивной структуры есть соблазн прислониться к власти и вкусить от нее благ. Одним из образцов такого соблазна является Российский союз боевых искусств, патронируемый С.Кириенко – человеком, некогда взявшим на себя вину за «дефолт», разоривший половину России. За такую услугу олигархии он долгое время был представителем президента в Поволжье, а потом, не смысля, как говорится «ни уха, ни рыла», в физике, был брошен на Росатом. Попутно С.Кириенко, имеющий также насмешливое прозвище «киндер-сюрприз», стал главой РСБИ и не известно за что получил одну из высочайших мастерских степеней по айкидо. Также, не смысля в нем «ни уха, ни рыла».

Мне как-то довелось задать вопрос об этом одному из руководителей ассоциации, принявшей решение Кириенко фальшивой квалификации. Он мне сказал, что «черный пояс» в айкидо – не такой уж большой почет, и он не требует высокого уровня мастерства. И подивился тому, что требуется для «черного пояса» в Школе Михаила Степина, где я продолжал заниматься. Получается, что 3-й дан по айкидо – это пустяк, ничего не значащий статус, не подтверждающий высокой квалификации! Разумеется, ущерб боевым искусствам от такой профанации имеет более значимый масштаб, чем какой-нибудь фальшивый «дан-сертификат».

Будущее страны, а не только боевых искусств, зависит от того, удастся ли разорить гнезда мошенников и бюрократов, облепившие общество со всех сторон.

Методики каратэ

Ударная техника: принципы и элементарные комбинации

Как-то раз Михаил Степин проводил семинар у айкидоистов, а его ученики ассистировали. Преподавались основы ударной техники. Было человек 50 - от новичков до черных поясов. От веса пера до супертяжей под два метра ростом. Я постарался зафиксировать, как айкидоки будут бить в лапу – гяку-цуки, кидзами-цуки, потом «двойку», потом то же самое на подшаге.

Больше всего меня поразило, что хороший удар отсутствует у крупных людей. Кулак тяжелый, а летит расслаблено и вес тела не вкладывается. Второе открытие. Часть айкидоистских «черных поясов», вероятно, занималась раньше ударной техникой, часть – нет. Кто занимался, имел неплохо поставленный удар и эффективно наносил его на подшаге. Но часть, вероятно, не имела ударной практики совсем. У них удар либо превращался в шлепок, либо корпус вкладывался с потерей равновесия – тело летело вперед, и такой удар легко «провалить».

В целом из полусотни тех, кому я подставлял лапу под удар, нормально били человек десять. У остальных в течение семинара наблюдался явный прогресс, но начальный уровень был близок к «нулевому». Получается, что даже небольшая практика битья в лапу или в мешок под наблюдением опытного сэнсэя может дать быстрый результат – заставить наносить удар с закреплением кисти только в конце траектории, не превращать прямой удар в подобие «крюка», не проваливаться, теряя устойчивую стойку, наносить не шлепок, а пробивающий удар.

Из этих и других моих наблюдений следует, что значительная часть тех, кто не специализируется на ударной технике, выглядят достаточно слабо – не владеет основным умением бойца, умением бить. А ведь айкидо – боевое искусство, где не бьют только потому, что сберегают здоровье партнера. Удар должен имитироваться или хотя бы мысленно наноситься в каждом упражнении, а также отрабатываться по макиварам. Иначе есть риск обмануть себя, увлекаясь некоей гимнастикой, но полагая при этом, что она и есть боевое искусство.

Я не призываю бить людей в качестве тренировки своих навыков, но по боксерскому мешку или по макиваре любому, кто не исключает для себя столкновения с противником, навязывающим драку, надо научиться лупить от души. Чтобы при случае так же от души нанести удар по врагу.

Движение и ритм

Спортивные единоборства чаще всего предполагают динамичную стойку, исходя из предположения, что движение по рингу или татами не дает спортсмену превратиться в статичную мишень. Действительно, стоять под ударами соперника кажется совершенно нецелесообразным. Но это так

только в том случае, если правила спортивных состязаний прерывают схватку после первой же результативной атаки. В ситуации реального боя результативная (с точки зрения спортивных правил) атака может оказаться недостаточно эффективной, поскольку для ее проведения атакующему придется войти в зону действия опережающих, встречных и ответных ударов. Из статичной позиции оценка действий противника может оказаться точнее, а противодействие эффективнее, чем в «порхающем» передвижении. Тем более, привычка к спортивному «порханию» может оказаться бесполезной в условиях реальной схватки, когда пространство ограничено.

Перемещение во время боя дает возможность сопернику просчитать движение и «поймать» в ловушку. Например, привычка уходить от фронтальной атаки вправо может дать противнику указание на эффективность комбинации: ложная атака по фронту и круговой удар навстречу ожидаемому движению.

Примеры:

- *легкий имитационный прямой удар левой рукой + круговой удар той же рукой с выпадом вперед;*
- *быстрый имитационный удар маэ-гэри левой ногой с возвратным движением + правой ногой ура-маваши-гэри;*
- *имитационный маэ-гэри левой ногой + на подскоке маваши-гэри той же ногой.*

Все имитационные удары могут обозначаться лишь началом движения, провоцируя перемещение противника.

Особенно опасно движение от противника, увеличивающее дистанцию без возможности тут же быстро ее сократить и нанести удар. Это лишает не только возможности провести контратаку. При необоснованном удалении от противника, у него есть хорошие шансы для развития атаки, учитывающей сложность дальнейшего отступления (пятиться всегда сложнее, чем двигаться вперед).

Позиция может быть статической в том случае, если противник пытается не прекращать атаки и дезориентировать множеством ударов. Ожидая неизбежного отступления, он будет наносить удары в соответствии с этим ожиданиями. Ожидания будут оправданы, если в сценарий не будет разрушен контратакой. Таковая может возникнуть из стремительного (нарушающего ритм атаки) двухфазного движения отступления-наступления. Если противник ожидает отступления, то сценарий атаки будет сорван движением вразрез с этим сценарием: либо отсутствием отступления и опережающей контратакой, либо ответно-встречной атакой. Противник не будет готов мгновенно перестроиться и наносить удары с более короткой дистанции, чем он ожидал.

В целом движение должно разрушать атаки противника и создавать условия для собственных атак. Оно не должно быть ритмичным в такт атакам противника. Или же ритм должен обмануть противника, внезапно

прерываясь неритмичным перемещением. Ритм противника должен быть уловлен, а собственный ритм – скрыт.

Уловить ритм противника – значит, в такт этому ритму «помочь» ему продлить атакующее движение в пустоту. Отклоняясь за мгновение до соприкосновения с бьющей поверхностью, можно исчерпать силу удара (не обязательно до полного исключения контакта). Собственными усилиями «провожая» бьющую конечность – окончательно «провалить» противника в пустоту и превратить в удобную мишень для собственной атаки.

Ударное движение обычно предполагает концентрацию и максимальное ускорение удара в последней его фазе. Закрепощенные мышцы не позволили бы нанести сильный удар. Поэтому самая опасная позиция – на расстоянии длины бьющей конечности (или то же + подшаг; или то же с учетом перемещения, которое будет просчитано противником). Опасную дистанцию можно либо разорвать быстрым смещением назад или неожиданным для противника перемещением в сторону. Дистанцию можно также и резко сократить. Тогда начавшееся ударное движение не разовьется (скорость удара не будет максимальной) и не причинит существенного ущерба. В момент этого несостоявшегося удара можно эффективно контратаковать.

Азбукой боевых искусств является принцип ухода с линии атаки. Вместе с тем, такой уход продуктивен, если применяется против мощного удара, в который противник «вкладывается». Бездумно уходя с линии предполагаемой атаки, можно попасться на уловку противника и среагировать на обманное движение или имитационный удар, вслед за которым будет нанесен удар, от которого уклониться будет значительно сложнее. Таким образом, в бою необходимо искать «золотую середину» между избыточной чувствительностью к движениям противника и неподвижной статикой, о которую разбиваются атаки противника; между суетливостью и флегматичностью.

Уход от атаки противника не может быть целью. Такой уход должен быть начальной стадией собственной атаки. Момент, возникающий между фазами движения, позволяет более точно оценить положение противника и провести атаку более эффективно. Но такой момент должен совпасть с исчерпанием атакующего действия противника или прерыванием его атаки встречными действиями. Он по виду может казаться статичным, но в нем заложено атакующее движение.

Единый ритм с противником не позволяет обеспечить преимущество в бою. Ритмичное чередование блоков и ударов в такт движений противника превращается в бесконечный обмен взаимными атаками и блоками. Против скоростного противника нужен поиск варианта атаки или контратаки, прерывающих его ритм. Можно «провалить» серию ударов противника, а затем нанести пусть и более медленный удар, но такой, от которого он не сможет уйти. В этом случае ритм контратаки возникает в разрыве атакующих действий противника. Можно затормозить его удар блоком с одновременным нанесением своего удара. В этом случае происходит навязывание своего

ритма и скорости. Другой вариант - на полтора движения противника одно собственное. В этом случае от первого удара противника - уход или блок, а на середине второго движения – атака (скажем, когда нога противника после удара еще не успела опуститься).

Примеры:

На скоростную многоударную атаку руками можно ответить отклоном тела с разворотом корпуса и нанесением ёко-гэри или уширо-гэри.

На мощную атаку ногой – степ в сторону с атакой руками.

В любом случае вкладываться в первый удар стоит только из надежной позиции. Лучше «раздергать» противника легкими хлесткими ударами, а «тяжелую артиллерию» применить с гарантированным воздействием, завершающим бой.

Проникающие удары

Основа ударной техники – способность наносить решающий удар, завершающий бой. Нокаутирующий удар требует вложения в него не только плеча и руки, но и мышц корпуса и опорной ноги, а также движения тела в целом.

Типичная ошибка при нанесении удара – превращение его в шлепок, который кажется эффективным от производимого звука или оттого, что противник этим ударом отброшен. В действительности такой удар может оказаться похожим на толчок или поверхностным – не обладающим разрушающей силой.

Удар может лишиться предполагаемых достоинств, поскольку наносится несформированной ударной поверхностью. Если это удар кулаком – то он будет нанесен не костяшками кулака, а плоскостью, образованной суставами пальцев.

Другая типичная ошибка – «проваливание». Конечная фаза удара не завершается устойчивым равновесием. После удара тело продолжает двигаться вперед, не позволяет формировать комбинацию ударов и в случае промаха превращает атакующего в удобную мишень для ответной атаки.

Третья типичная ошибка – удар с закрепощением мышц бьющей конечности и других частей тела. Такой удар имитирует жесткость. Но в действительности напряженные мышцы мешают развитию ударного движения. Закрепощенность мышц не дает возможности развить максимальную мощность и уложить удар в короткий промежуток времени. Такой удар оказывается слабее, чем удар расслабленной конечностью с закрепощением лишь в последней фазе удара.

Упрощенно схему движения при нанесении удара рукой можно разложить на несколько составляющих: 1) убирается передняя опорная нога (на шаге вперед, назад или на месте), тело начинает падать, приобретая ускорение, 2) разгибается задняя опорная нога, придавая телу импульс

движения вперед, 3) за счет мышц живота и спины и разворота таза импульс усиливается, 4) за счет разворота плеч дополнительное усилие выбрасывает вперед руку, 5) распрямляется бьющая рука, 6) в случае необходимости добавляется «доводка» кистевым суставом (при ударе уракен или при развороте бьющей поверхности в момент касания противника).

Эффективный удар предполагает вкладывание массы тела. Такое вкладывание может обеспечиваться преимущественно, когда опорная поверхность (подошва стопы) находится позади центра тяжести тела, а тот в свою очередь, позади ударной поверхности (в конечной фазе). Разумеется, разместить эти три области по одной линии не позволяют особенности суставов, шарнирные возможности которых ограничены. Можно лишь стремиться к правильному выстраиванию удара, чему может мешать перемещение противника и разнообразие позиций, которые могут возникать в бою.

При ударе рукой последовательность *опора - центр тяжести - ударная поверхность* обеспечивается относительно просто. На подшаге или на подскоке кулак летит впереди тела, тело выталкивается опорной ногой. Задача лишь не затормозить это движение передней ногой. Она может опускаться на пол в момент удара или в мгновение до удара. (Вариант ближнего боя: жесткая постановка ноги и скручивание корпуса с опорой на нее.) Волна напряжения распространяется снизу вверх.

Значительно сложнее обеспечить такой порядок при ударе ногой, поскольку волна напряжения мышц не проходит через центр тяжести, а передается от одной ноги к другой. При достаточно высоком ударе естественно происходит отклонение корпуса назад. Это тормозит движение тела вперед и создает опасную паузу между ударом и завершением движения в стойку.

Преодолевая желание отклониться, попадаешь в сложное положение:

- скорость удара может оказаться недостаточной, чтобы встать в устойчивую стойку;

- если сокращать время на удар с целью в конечной фазе иметь устойчивую стойку, то удар может оказаться неполным – не проведенным с проникающим эффектом;

- сокращение времени на удар может потребовать бить ниже, что сужает возможности для атаки.

Удар ногой значительно медленнее, чем удар рукой. Поэтому для проникающего удара ногой необходимо особенно тренировать скорость удара. При обязательном контроле положения тела, которое должно в момент удара двигаться в направлении противника. Скорость можно наращивать постепенно, повышая уровень, в который наносится удар.

Удар может происходить без опоры. Например, в прыжке. Волна напряжения возникает в момент отталкивания от поверхности.

Дополнительная опора, а значит и дополнительная волна напряжения, может создаваться за счет опоры на противника. Захват или блок создают такую опору. Противник может реверсивно «натягиваться» навстречу удару.

Блок является менее надежной опорой и дополнительное усилие в удар вкладывает незначительно. Его действие подобно отталкиванию от стены, которое придает телу дополнительный импульс при движении вперед. Но в реальной ситуации поверхность отталкивания при блоке расположена в направлении движения. Поэтому дополнительное усилие в удар блок вкладывает лишь при круговых ударах, либо когда блок больше похож на короткий захват.

Короткие и хлесткие удары

Основа удара рукой в боевых искусствах – удар без замаха. Схема: замахнулся, а потом после паузы ударил, позволяет противнику среагировать на первое движение. Удар, по возможности, должен укорачиваться – направляться по самой короткой траектории, что позволяет нанести его раньше, чем противник поставит блок или уклонится.

Удар, при котором рука продвигается всего на несколько сантиметров, известен как грозное оружие боксеров-профессионалов. Коротким нокаутирующим ударом левой рукой обладали Тайсон и Оскар де ла Хойя. Такой удар наносится в основном движением тела, а не руки. Корпус раскручивается с жесткой опорой на левую ногу, а траектория движения левой руки к подбородку противника оказывается очень короткой.

Короткий удар почти распрямленной рукой позволил Владимиру Кличко выиграть бой с очень сильным соперником Султаном Ибрагимовым. Кличко ударом левой перчатки сверху опускал выставленную правую руку Ибрагимова и наносил мощный джебб все той же левой рукой. Это движение очень похоже на применяемые в каратэ комбинации – блок и удар той же рукой. Эффект комбинации обеспечивается тем, что блок снимает защиту противника, а удар наносится без отведения руки – за счет движения корпуса, бедер и плеч.

Легендарный фехтовальщик Миямото Мусаси рекомендовал атаковать не только мечом, но и корпусом. Это означает, что удары наносятся не только оружием, но и всем телом. Корпус начинает движение, а руки с оружием его завершают. В одном из вариантов такого движения меч в начале атаки может оставаться почти неподвижным относительно противника, но перемещение корпуса создает для меча возможность нанесения удара с неожиданной траекторией. Таким образом, удар заложен, прежде всего, в движении корпуса.

В схватке короткий удар может потребоваться сразу после того, как не получился первый удар – был «провален» или блокирован. Не отводя руки, можно нанести еще один удар, меняя положение тела, траекторию движения руки или угол атаки (дан-цуки).

Корпус дает возможность наносить удар, когда возможности для этого практически отсутствуют. Не только когда нельзя сделать шаг ногой, а рука находится вплотную к противнику, но даже в падении – при отсутствии

опоры. Особенно важна работа корпуса для ближнего боя: она используется и в ударной, и в бросковой технике.

В ударной технике работа корпуса может помогать правильно наносить круговые удары. Скручивание корпуса трансформирует обычный прямой удар в круговой. Одновременно в удар вкладывается вес тела, а также создается эффект хлыста: расслабленно летящая рука в конце траектории напрягается с небольшим потягом ее к себе (что создается уже самим напряжением мышц).

Пример:

Переход от прямого удара к круговому – вращение вокруг локтевого сустава или вокруг кисти. В первом случае это переход цуки + тэцуи, во втором – цуки + удар локтем без отдергивания руки.

При движении вперед (противник отступает), второй удар проводится на движении корпуса без отведения руки – разгон руки происходит за счет движения корпуса и волны напряжения мышц от опорной ноги (стопа, бедро) через корпус (скручивание корпуса, затем плеч) с передачи импульса к руке. Волна напряжения движется значительно быстрее, чем срабатывает отдельная мышца. Мышцы срабатывают не последовательно, а одна за другой почти одновременно – передавая импульс к бьющей руке.

При движении (отступлении) назад короткий удар может осуществлять как функцию блокирования атаки противника, так и обеспечивать контратаку. Рука остается в зоне, куда врывается с атакой противник, и он либо натыкается на коротко выброшенную вперед руку, либо получает от той же руки контратаку, когда отступающий переходит в нападение. Короткий удар в данном случае предпочтительнее размашистого, поскольку требует меньше времени, а его мощность усиливается встречным движением противника.

Короткий удар может служить средством освобождения от захвата – вместо вырывания руки к себе, можно нанести удар от себя. Также такой удар можно нанести после кратковременной фиксации руки противника (захвата на короткой дистанции или сближения на эту дистанцию).

Тренировка короткого удара заключатся в том, чтобы представить себе полноценный удар, мысленно выключая из него отдельные составные части. Работа задействованных мышц тела должна происходить как при полноценном ударе. Можно отключить сначала выталкивание корпуса опорной ногой, затем – скручивание бедер. В этом случае мышцы корпуса закручивают плечи, создавая для бьющей руки дополнительный импульс. Волна напряжения проходит меньший путь. Соответственно время нанесения удара меньше. Если добавить к этому удар почти распрямленной рукой, то продвижение бьющей поверхности до цели окажется минимальным. Необходимо раскрепощение мышц, которые не должны гасить одна другую. По телу должна прокатиться волна напряжения, а рука «выстелить» расслабленно, концентрируясь только в момент удара.

Короткие хлесткие удары ногами на дистанции в зоне действия ударов руками могут основательно расширить арсенал атакующих действий и разнообразие комбинаций. В таких ударах основную роль должно играть движение голенью: выносится колено, а за ним должно следовать движение расслабленной голенью (маэ-гэри и ёко-гэри кеагэ, маваши-гэри, микадзуки – все передней и задней ногой в разные уровни). Это укороченный вариант базовых движений. Без подшага и прочих движений, разгоняющих ногу, базовые движения исполнить трудно – быстро наступает утомляемость, а также обнаруживаются проблемы с растяжкой, которые при разгоне ноги могут быть незаметны. Несколько проще все эти упражнения исполнять по макиваре. Зримый эффект от удара позволяет контролировать качество. Главная задача – раскрепостить голень, чтобы она летела не вымученным усилием, а как хлыст.

Хлесткий удар позволяет переходить к другим ударом без затяжки и формировать быструю комбинацию.

Примеры:

- *хлесткий останавливающий микадзуки в голень и сразу переход на маваши-гэри или гедан-маваши-гэри (лоу-кик) той же ногой;*
- *легкий ура-микадзуки и мощный маваши другой ногой;*
- *любой удар вслед за хлестким маэ-гэри;*
- *микадзуки и той же ногой ёко-гэри.*

Все эти комбинации хорошо начинать с захвата руки противника и блокирования его быстрого ухода.

Хлесткие удары обеспечивают ускорение ритма ударов для разрушения ритма атак-блоков противника.

Провоцирующие действия

В фильмах со Стивеном Сигалом часто можно видеть провоцирующие действия главного героя, когда он отталкивает от себя противника. Тот бросается в стремительную атаку. Чего Сигал как раз и ожидает, заготовив свои отработанные приемы – встречный удар ногой или ребром ладони в горло, проваливание противника (если тот бросается вперед с прямым ударом ногой) с завершающим ударом или броском.

В спортивных состязаниях широко используется метод «раздергивания» соперника имитациями атак – короткими движениями, которыми обычно начинается атака. Противник не знает, действительно ли это атака или только имитация. И вскрывает свои оборонительные действия. Если его движение в таких действиях исчерпано (скажем, отступление назад), то за «раздергиванием» может следовать реальная атака.

Другой метод: показать начало одного действия, а произвести другое. Этот подход годится и для боевых ситуаций. Самый простой вариант:

показать движение одной рукой, а ударить другой. Или: наметить удар ногой, а ударить рукой; наметить удар в голову, а нанести удар в корпус или в пах.

Метод «холостого удара». В пространство бросается удар, который заведомо не достигает цели, но начинает движение, необходимое для нанесения следующего удара.

Пример:

Удар гьяку-цуки на выпаде вперед, от которого противник может уклониться отступлением, но во время выпада наносится основной удар другой рукой – ой-цуки. Этот более длинный удар может достигнуть цели даже при глубоком уходе противника.

Обратный вариант. На подшаге сури-аши наносится удар кидзами-цуки передней рукой (для определенности – левой) практически без изменения дистанции. Затем, поскольку правая нога зашагнула вперед, то ею тело выталкивается вперед и в длинном выпаде наносится мощный удар правой рукой – гьяку-цуки.

«Холостой удар» ногой может быть также началом удара другой (или той же) ногой или рукой.

Примеры:

На подскоке колено передней ноги выносится к груди. Из этой позиции легко наносится маэ-гэри. Но противник хорошо видит это движение и набирает безопасную дистанцию или ставит блок. В ответ, опуская ногу, можно сделать ее опорной для резкого движения вперед. В этом случае за имитацией можно спрятать подготовку удара через дополнительный подшаг и удар той же ногой или другой (задней) ногой. Вынос колена передней ноги также позволяет парировать прямые удары в корпус.

Парные удары: маэ+маваши, маэ+маэ, маэ+ёко и т.д.

Комбинации с подключением рук маэ+гьяку-цуки и т.п.

Удар ногой может наноситься и почти с полной амплитудой. Имитация промаха провоцирует противника броситься вперед. Он может не оценить, что удар имитационный, что в него не вложена сила, и за этим ударом будет нанесен настоящий.

Пример:

Маэ-гэри по воздуху – и противник бросается вперед. Его встречает либо маэ-гэри той же ногой, либо цуки со степом в сторону, либо маэ-гэри другой ногой, либо маваши-гэри с уходом с линии атаки.

Элементарные комбинации ударов ногами и руками

Проведение нескольких ударов ногами или нескольких ударов руками представляется более простой задачей, чем комбинации ударов ногами и

руками. Конечно же, если делать поправку на уровень сложности каждого удара. Удары руками и ногами требуют большей координации движений и положения тела. Одна из существенных проблем – направление движения при совершении комбинации и учет действий противника, который позволяет в процессе проведения комбинации модифицировать ее.

Начало комбинации с удара маэ-гэри – одно из наиболее распространенных. Кажется, что развитие атаки после проведения этого удара не представляет собой никакой проблемы. На самом деле за обманчивой простотой скрывается множество вариантов, связанных с обеспечением глубины атаки в соответствии с действиями противника.

А) Рассмотрим атаку, начатую с уширо-аши маэ-гэри (удар задней ногой из стандартной левосторонней стойки) – **Рис. 1.** Представлены варианты движения после удара: как от противника, так и на противника (стрелками указано направление первого движения).

1.1. Отступление на полторы стойки. Нога возвращается назад на полстойки, превращается в опорную для нанесения встречного удара рукой (кидзами-цуки), левая нога отступает на полную стойку назад и тоже становится опорной – для второго удара (гьяку-цуки). Итак, наступающему противнику наносится «двойка» - кидзами-цуки+гьяку-цуки, в дополнение может быть на шаге добавлен еще один удар – например, еще один гьяку-цуки. Этот вариант применим, если при проведении первого удара ногой противник успешного его избегает, а сам бросается в решительную атаку. Отступление позволит «провалить» его атаку и нанести встречные удары.

1.2. Отступление на длину стойки (два шага по полстойки). В отличие от предыдущего варианта, отступление при втором шаге короче. Левая нога становится опорной не только для нанесения удара, но и для обратного выталкивания тела вперед после шага назад. Правая нога в это время делает полшага вперед и опускается на землю вместе или вслед за ударом гьяку-цуки левой рукой. Этот вариант состоит как бы из двух атак: если первая атака ногой оказывается неудачной, а противник предпочитает этим воспользоваться и сам атакует, то он должен натолкнуться на встречный удар рукой. В кульминационный момент его атаки наше отступление соответствует наиболее удаленному от противника положению тела, а при исчерпании его атаки тело выталкивается вперед вместе с ударом.

1.3. Отступление на длину стойки: удар маэ-гэри с возвратом ноги + гьяку-цуки. Возврат ноги назад на длину стойки.

1.3а. Вариант: отступление на полстойки + наступление на полстойки. После удара ногой нога возвращается назад на полстойки и превращается в опорную, которая выталкивает тело вперед. Левая нога в момент удара гьяку-цуки шагает на полстойки вперед. Данный вариант похож на 1.2., но в данном случае центр тяжести после комбинации остается на месте.

1.4. Наступление на стойку вперед. Стандартная комбинация: маэ-гэри + гьяку-цуки. Особенность этой комбинации состоит в достаточно длинном ударе ногой без возвратного движения. Это требует хорошей растяжки. При отсутствии таковой возможен *вариант (1.4а.)*: удар ногой с возвратным

движением с опусканием ноги на полстойки впереди, а потом с шагом вперед еще на полстойки (оставшаяся сзади левая нога выталкивает тело вперед). То же движение можно сократить, не затрачивая время на постановку ударной ноги на землю. При этом от возвратного движения остается только сгибание ударной ноги в колене, а потом разгибание для постановки ее на землю.

1.5. Наступление на полторы стойки. После удара ногой она опускается на землю (как в 1.4а.) на полстойки впереди и становится опорной, выталкивая тело вперед, левая нога делает полный шаг вперед + гьяку-цуки.

1.6. Наступление на длину двух стоек. Повторение атаки по предыдущей схеме (1.5.), но вместо заключительного шага на стойку делается подшаг на полстойки (сури-аши + гьяку-цуки) и только после этого – полный шаг + гьяку цуки.

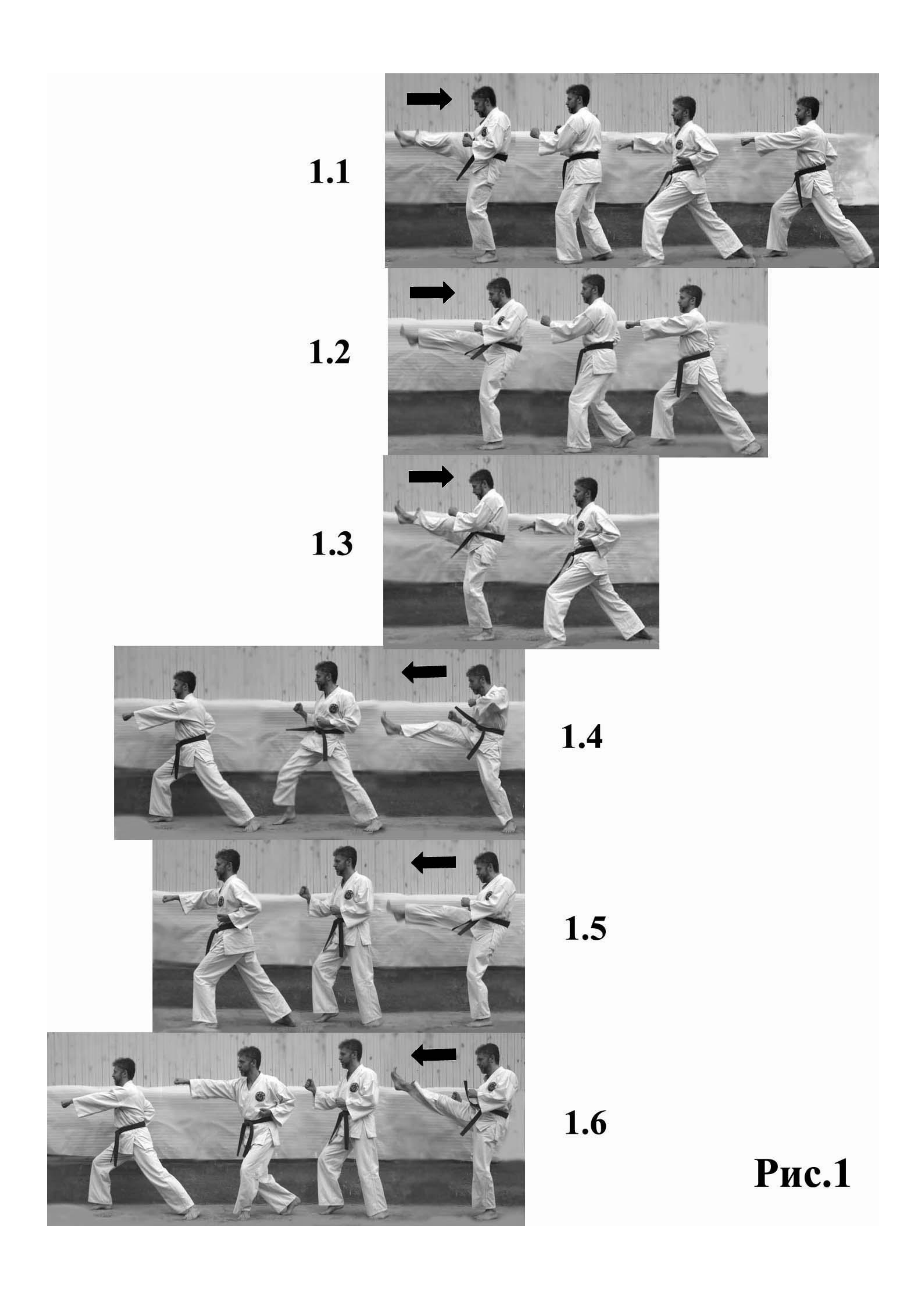


Рис.1

Б) Построим аналогичную схему, которая отличается от предыдущей тем, что первый удар наносится передней ногой (вариант: на подскоке) – маэ-аши маэ-гэри – **Рис. 2.**

2.1. Отступление на полную стойку. Ударная нога делает возвратное движение на длину стойки назад + цуки (гьяку-, ой-, или «двойка»).

2.2. Отступление на стойку назад (полстойки + полстойки). После удара возвратное движение укорачивается, ударная нога опускается на землю на полшага впереди и становится опорной, отбрасывая тело еще на полстойки назад. Правая нога делает полшага назад и становится опорной, выталкивая тело вперед + гьяку-цуки.

2.3. Полстойки назад – полстойки вперед. При возвратном движении ударной ноги она опускается на землю на полшага сзади, становится опорной и выталкивает тело на полстойки вперед. При этом правая нога делает полшага вперед + ой-цуки.

2.3а. Вариант: Неожиданным продолжением будет парадоксальное движение ударной ноги сначала на полшага назад, а потом шаг ею же без опоры на землю (или с кратковременным опусканием на землю) + гьяку-цуки. Этот вариант подходит как смена сценария контратаки при оценке положения противника. В первой фазе движения предполагалось, что противник идет в атаку и нужно отступать («проваливать» атаку). По мере совершения возвратного движения ноги, оказывается, что противник остался на достаточно большой дистанции, и отступление теряет смысл. Во второй фазе вместо контратаки с отступлением предпринимается наступление – выпад с ударом рукой.

2.4. Наступление на стойку вперед. Стандартная комбинация: маэ-гэри (с подскоком или без) + цуки (ой-, гьяку- или «двойка»). Выпад вперед на стойку.

2.5. Наступление на полторы стойки. Повторение схемы 2.3. с той лишь разницей, что после постановки ударной ноги на полшага она становится опорной и выталкивает тело на шаг вперед.

2.6. Наступление на длину двух стоек. Аналог 1.6. Разница лишь в первом движении – удар передней ногой вместо задней. В остальном все движения симметричны варианту 1.6. Или, если сменить исходную стойку на правостороннюю, просто идентичны этому варианту.

В рассмотренных блоках комбинаций внимание заострялось на передвижении, которое «доносит» решающий удар до противника. Правда, при этом и первый удар рассматривался как достаточно решительный, приносящий при удачном стечении обстоятельств такой ущерб противнику, к которому завершающий удар прибавляет совсем немного. Вместе с тем, при неудачном начале комбинации (промахе, уклоне или блоке со стороны противника), она может быть продолжена в зависимости от движения противника (с целью сократить или увеличить дистанцию). Таким образом, удар ногой оказывается в общем случае подготовительным действием.

Представленные комбинации очерчивают круг возможных элементарных комбинаций, из которых могут создаваться более сложные. Достаточно лишь заменить в базовых комбинациях один удар другим, а потом составить все возможные цепочки. В данном случае мы исключили из рассмотрения нанесение круговых ударов, которые «заносят» корпус и в случае удара «с проносом» требуют продолжения вращения и «ломают» направление атаки. Это может быть использовано на пользу, но при неконтролируемом закручивании угол атаки окажется неожиданным не столько для противника, сколько для самого атакующего. Также особое внимание может быть уделено атакам, предполагающим уход с линии атаки противника (проводящейся или предполагаемой).

Оставляя эти варианты без рассмотрения, мы можем сосредоточиться на более подробном представлении комбинаций ударов, предусматривающих атаку по прямой линии – своего рода базовой технике. Для этого нам необходим базовый пример подготовительных действий в начале атаки с использованием рук (до сих пор первым ударом в комбинации предполагался удар ногой).

Прямой удар рукой при всей его «элементарности» просто приведет нас к повторению фрагментов ранее рассмотренных комбинаций с точностью до перестановки последовательности действий руками и ногами. Поэтому мы выбираем одну из возможных простых подготовительных комбинаций – дезан-уракен (или удэ-укэ) + чудан-тэцуи (или гедан-бараи). Оба удара проводятся одной рукой, совершающей круговое движение в вертикальной плоскости.

В подготовительной фазе комбинации в данном случае мы либо наносим отвлекающий удар, либо провоцируем противника поднять или опустить руки (в зависимости от того, на какой удар из двух он отреагирует). Такие действия производят «расчистку пространства» для завершающего удара комбинации.

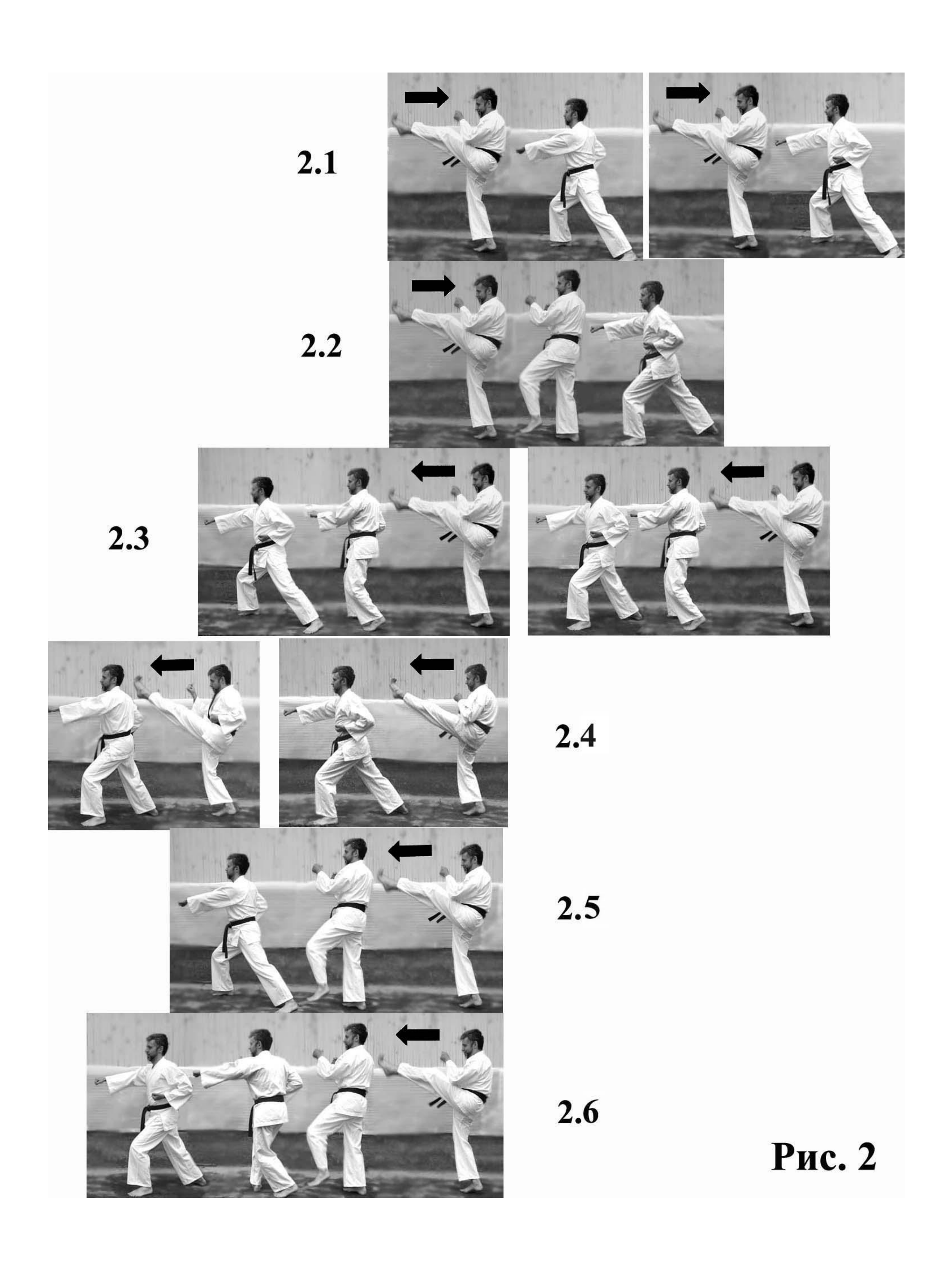


Рис. 2

В) Рассмотрим варианты комбинаций, в которых «расчищающие» действия руками начинают комбинацию, а последующие удары завершают – **Рис.3.**

3.1. Комбинация на месте (без перемещения) + гьяку-цуки. Из одной и той же стойки мы можем произвести подготовительные действия блоками-ударами передней или задней рукой. Оба варианта важны, чтобы иметь свободу выбора для нанесения завершающего удара правой или левой рукой. В данном случае подготовительные действия «расчищают» пространство для удара рукой.

3.2. Комбинация в движении + гьяку-цуки. Подготовительные действия переносятся ближе к противнику – на подшаге. Они также могут проводиться левой или правой рукой. В зависимости от выбора целесообразно проводить их так, чтобы завершающий удар либо повторял, либо менял исходную стойку.

3.3. Комбинация в движении + маэ-гэри. В зависимости от того, какой ногой будет нанесен завершающий удар, выбирается либо простой подшаг, либо «зашаг» - сури-аши. Завершающий удар наносится ногой, которая осталась в промежуточной стойке сзади. Это обеспечивает усиление удара за счет его естественности – как превращенного в удар шагового движения. Как и в предыдущей комбинации, подготовительные действия могут осуществляться правой или левой рукой. На рисунке мы оставили лишь более простой вариант – действия левой рукой в левосторонней стойке.

3.4. Комбинация в движении с разворотом корпуса + уширо-гэри. Движения рукой остаются прежними, но положение стоп при подшаге готовит разворот корпуса. В обоих случаях это вращение в одну и ту же сторону, но при ударе ногой, которая была в исходной стойке сзади, вращение происходит до разворота верхней части корпуса и головы. Для усиления завершающего удара зашаг необходим с задней ногой за переднюю – переход в промежуточную стойку. При зашаге бьющая нога должна быть разгружена.

Вариант: аналогичным образом может быть сформирована комбинация с противоположным направлением вращения корпуса. В этом случае подшаг превращается в сури-аши, задняя нога выносится вперед не со стороны спины, а со стороны груди.

3.5. Комбинация в движении + маваши-гэри. При подшаге задней ногой, одноименная рука производит подготовительные действия, а затем наносится завершающий удар той же ногой. Аналогичным образом завершающий удар может быть произведен и другой ногой, но тогда подшаг должен быть длиннее, чтобы вынести опорную ногу вперед и разгрузить бьющую. При этом подшаг происходит со стороны груди и стойка меняется на правостороннюю (правое плечо выносится вперед). Также аналогичным образом может быть построена комбинация с подготовительными действиями разноименной рукой по отношению к бьющей ноге.

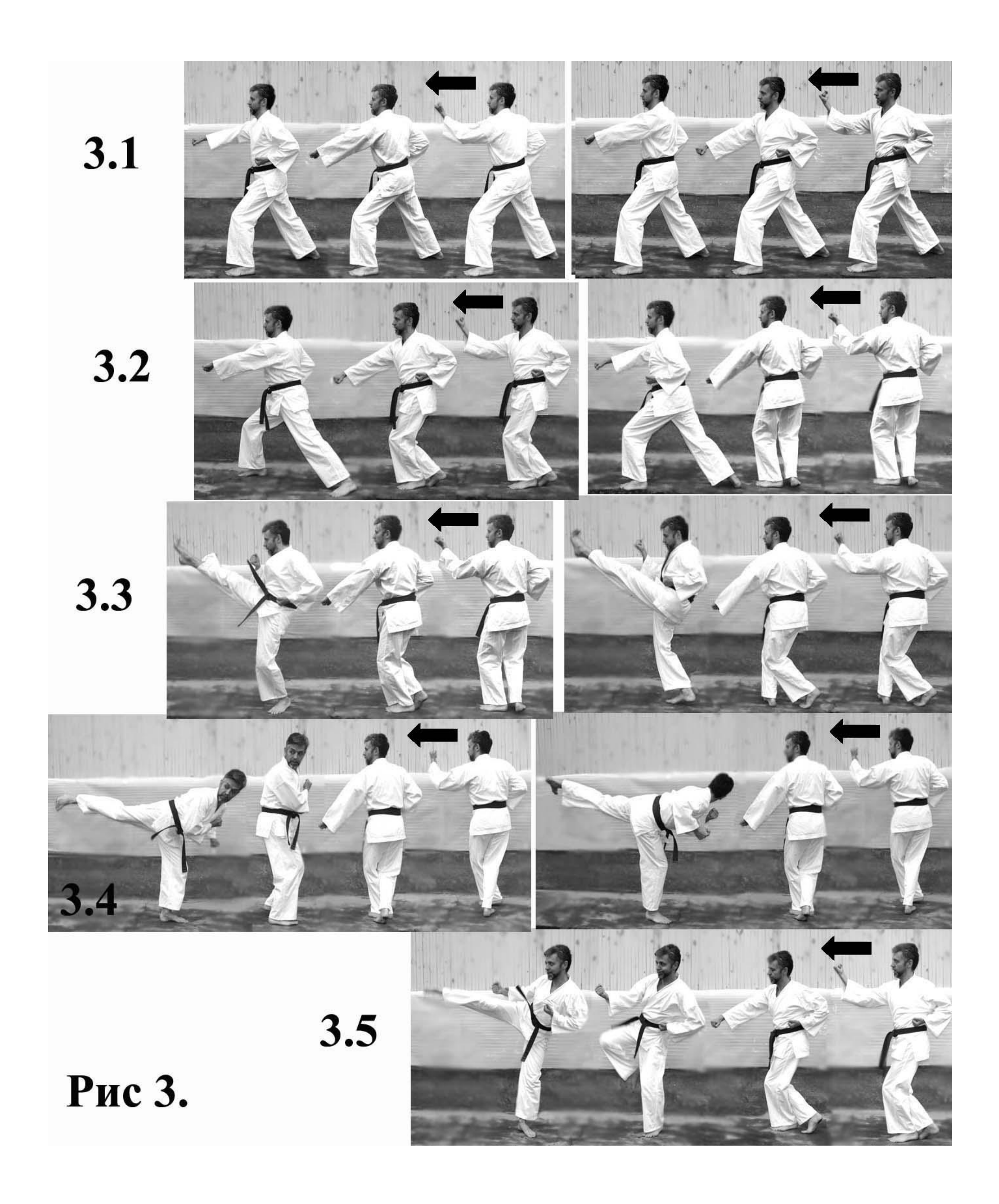


Рис 3.

Любую комбинацию, сочетающую набор атакующих и блокирующих действий, наступлений и отступлений можно представить как набор провоцирующих, подготовительных и имитационных действий, завершением которых является последний удар – икен-хисацу («ударил-убил»).

Конечная фаза любой комбинации сходна с классической позицией, из которой удар тренируется изначально. Тот же удар может быть нанесен в финале комбинации как самый мощный и отработанный. Все разнообразие комбинаций лишь приводит противника в ту позицию, в которой он открыт для этого удара, а атакующий готов этот удар нанести.

В дополнение к разговору об элементарной ударной технике каратэ скажем о так называемом «***энергетическом ударе***».

Россказни про «энергетический удар» известны давно и даже проникли в кинематограф. Ни одного подтверждения существования такого удара нет и быть не может. Просто мошенники морочат легковерным головы. Бесовство состоит как раз в том, что бес влезает в мозги. А потом уж человек сам себя калечит домыслами.

Все без исключения моменты боевых искусств объясняются состоянием психкии и тела. Ни то, ни другое не производит никаких «энергетически ударов». Разве что человек сам себе может нанести психический удар.

Ни один уважающий себя мастер ни в какие «энергетически удары» не верит. Кто пробует их имитировать даже на татами, падает от реальных ударов очень скоро. Физику домыслами не отменить: удара без контакта не бывает. Энергии Ци в смысле физическом не существует, а Цигун – всего лишь один из видов гимнастики с элементами аутотренинга. Все физические виды энергии фиксируются приборами. Современная физика и в теории, и в практике давно истоптала всю нашу обыденность и бьется теперь над своими проблемами либо в глубинах микромира, либо в пространстве космических масштабов.

Речь идет о психической «энергии» - то есть, о том, что не выходит за рамки человека. Вне его восприятия другим человеком никакой передачи «энергии» быть не может. Восприятие - также психический процесс. Если я обернусь спиной к впавшему в транс, то он на меня не произведет никакого впечатления. Удар, который не дошел до поверхности моего тела, физически меня не коснется. Я лишь могу его испугаться. И только в меру испуга будет какое-то воздействие. У камня нет впечатлений, поэтому разбить или даже сдвинуть его психической «энергией» невозможно.

Восточные практики аутотренинга не несут в себе никакой тайны. Это образы, которые близки восточному человеку только в силу погруженности в восточную культуру. У европейцев собственный образный ряд, который позволяет делать все тоже на основе собственных культурных практик. Перевод философии Цигун в боевые практики - то же самое, что использование других методик аутотренинга. Здесь тоже нет никаких тайн - только методики подготовки бойца. Они разнятся по прикладной

эффективности. Различные стили каратэ, бокс, тайский бокс и т.п., которые развивают бойца именно в бойцовских, а не психологических практиках, куда эффективнее. Но кому-то хочется считать, что медитации ради «растворения в природе» тоже относятся к боевым искусствам. Пусть себе занимаются. Лишь бы не пытались противостоять настоящим бойцам. Кончается это всегда плачевно. На безрезультатные «энергетические удары» можно наполучать множество очень даже ощутимых физических ударов.

Так что «энергия Ци» - всего лишь образ психического состояния, которое толком объяснить никто не может. Этому можно посвящать часть своей жизни, заменяя более приемлемые для европейца практики духовного просвещения, развитые в христианстве и отраженные в европейской культуре. В восточных боевых искусствах много полезного, и все это надо брать для практики, для методик тренировки. Вот чего не нужно, так это пытаться быть японцем, корейцем, китайцем. И увлекаться образами, которые в нашей культуре приняты быть не могут.

Впечатлительный псих может упасть от имитации удара. В реальной ситуации никто не упадет. Это эффективность для театрализованного представления. Фокусы гипнотезеров – то же самое. Там специально проводят тест на гипнабельность. Выбирают самых-самых. Иногда возят с собой особо «одаренные» экземпляры, чтобы демонстрировать силу внушения. По тем же принципам театрального шоу в публике может быть «подсадная утка», и с ней все отработано заранее. Но публика будет убеждена, что выбор был случаен. Еще менее контролируем видеоролик. Здесь действие и вовсе может быть отобрано по законам киноискусства – в том числе и через множество неудачных дублей, оставшихся за кадром.

Задайте себе вопрос: если «энергетическй удар» - реальность, почему его никогда не демонстрируют в схватках за самые престижные награды. Скажем, в боксе? Там ударить почему-то все время нужно в контакт. И ни один боксер не станет тратить время на отработку «энергетического удара». Потому что знает, что это - пустая трата времени.

Фокусников специалисты разоблачают легко. Но фокусники на татами или на ринг предпочитают не выходить. Они готовят аудиторию и своих подопытных кроликов специально. У них задача - охмурять людей. Они этим и занимаются. Магия - это красиво в сказках. В реальности духовные практики укрепляют телесные кондиции. В этом смысле они – «первичны». Но не надо одно подменять другим. Бесплотным духом удар противнику не нанести.

Гипноз в медицинских целях используется повсеместно. Здесь нет никакой магии, никакой мистики. Но и «энергетических ударов» тоже нет. Опухоль не удалить без скальпеля, сколько ни гипнотизируй больного. А гипноз с отключением чувства боли - дело вполне реалистичное. Работает ровно так же, как пропаганда. Никаких флюидов через пространство при этом не распространяется - обычный зрительный сигнал. Все остальное содержится в психике человека.

Техника и тактика в кумитэ

Общие сведения о кумитэ

Смысл кумитэ

Вся практика подготовки каратэиста связана с приобретением и развитием навыков реального боя, который может возникать как в жизни гражданских лиц, так и у полицейских и армейских служащих при исполнении ими своих обязанностей. Одновременно происходит перестройка личности, которая сказывается на многих аспектах жизни, не связанных с самообороной, поединком и подобными ситуациями, обусловленными опасностями для жизни или здоровья человека.

Кумитэ представляется самым приближенным к реальному бою упражнением, которое иногда даже отождествляется с одним из видов реального боя. Последнее нельзя считать справедливым, потому что любой вид кумитэ предполагает определенные правила и ограничения. Без них неизбежны, как минимум, тяжелые травмы. Процесс подготовки мастера каратэ, напротив, предполагает сохранение здоровья и минимизацию травматизма, который может сильно затруднить или даже навсегда прекратить такой процесс.

Кумитэ служит «сшиванию» множества навыков, полученных в других элементах подготовки: не только технических, но и психологических. Кумитэ – наиболее приближенное к реальной боевой ситуации упражнение, в котором правила позволяют избежать тяжелых травм, но при этом почувствовать «вкус» боя и проверить способность комбинированно применять полученные навыки.

Высшее мастерство в кумитэ – заставить партнера совершать предсказуемые действия и противодействовать попыткам такого «управления» с его стороны.

Виды кумитэ

Кумитэ в шотокан-каратэ-до делится на якусоку-кумитэ и дзиу-кумитэ.

Якусоку-кумитэ означает выполнение задания в парных упражнениях, где условия применения техники оговариваются. Основой в данном случае служит базовая техника и ее применение в специально оговоренных условиях. Прежде всего, в якусоку-кумитэ важно определение боевой дистанции (маай) как для собственной атаки, так и для отражения атаки партнера с применением уходов и уклонов (таи сабаки) и контратаки.

В наиболее простых (или относительно простых) видах кумитэ один из партнеров только атакует, другой только защищается, стоя на месте или передвигаясь. Атака может быть строго обусловлена, либо установлено ограничение атаки (только руками, только ногами и т.п.).

Якусоку-кумитэ подразделяется на следующие виды:

Гохон-кумитэ - техника выполняемая на пять шагов: тори последовательно предпринимает пять однообразных и заранее оговоренных атакующих действия (обычно один и тот же удар из базовых стоек), укэ

отражает атаки блоками. Тори обязан убедиться в том, что каждая его атака завершается блоком укэ, и только после этого наносить следующий удар. После пятого блока укэ может получить задание на контратакующее действие. Данный вид кумитэ предусмотрен для начинающих заниматься каратэ и предполагает медленное выполнение всех движений с особым вниманием к правильности стоек и перемещений в них. Обычно в гохон-кумитэ удары наносятся не в контакт.

При выполнении якусоку-кумитэ партнеры стоят лицом друг к другу на определенной дистанции и выполняют заданную технику по очереди из классических стоек. Тори из стойки зенкуцу-дачи предупреждает партнера об уровне и виде атаки, затем атакует с оговоренной скоростью. Укэ из исходной стойки готовности отступает в зенкуцу-дачи, реагируя на движение тори и блокируя их. При последующих атаках тори укэ синхронно с ним делает шаг в нужном направлении, блокируя атаку, и, если это предусмотрено заданием, контратакует после пятой атаки.

Иппон-санбон-кумитэ - техника, выполняемая на три шага, аналогичная гохон-кумитэ. Данный вид кумитэ предназначен для тех, кто уже получил некоторые навыки и умения и готов к более быстрым движениям при исполнении заданий. Укэ обязан на третьем движении контратаковать. При этом в оговоренных случаях он может уходить с линии атаки.

Кихон-иппон-кумитэ - техника, выполняемая на один шаг. Данный вид кумитэ предназначен для получивших основательный опыт в каратэ и предназначен для отработки скоростного выполнения заданий - как при оговоренной атаке тори, так и при минимальных ограничениях применения техник. Удары могут наноситься контактно. Укэ должен продемонстрировать способность отражать атаку и контратаковать как при перемещении на шаг назад (проваливание атаки противника), так и при уходе в сторону с линии атаки. Кихон-иппон-кумитэ может проводиться как в базовых стойках, так и в стойках камаэ. Атаки могут быть как одиночными, так и комбинационными. Тори может получить задание атаковать определенной комбинацией ударов, ограниченным набором техник, своими излюбленными комбинациями. Скорость атаки также определяется заданием.

Кисо-кумитэ – кумитэ с заданными атаками и защитами, следующими в определенной последовательности, заданной заранее подготовленным «сценарием». В наибольшей степени подходит для демонстрации техники каратэ.

Еще одним вариантом якусоку-кумитэ является *ойо-кумитэ* – отработка защитных действий от атак нескольких партнеров (восьми и более), последовательно атакующих обусловленной или произвольной техникой с разных сторон. Он предназначен для отработки быстроты реакции на последовательные атаки партнеров с разными навыками и своим излюбленным набором техник.

Дзиу-кумитэ – свободный спарринг, в котором партнеры демонстрируют освоенную ими технику. Спарринг может проводиться по

установленным соревновательным правилам или по выбору сэнсэя с ограничением уровня контакта, времени поединка и других условий, которые либо оглашаются, либо устанавливаются по умолчанию. Дзиу-кумитэ служит в большей степени отработке техники, а не достижению победы в поединке.

Разновидность дзиу-кумитэ – *дзиу-иппон-кумитэ* - обусловленный бой на одно атакующее действие. Это упражнение служит развитию взрывной скорости в исполнении освоенных техник. Поединок прерывается при первом же результативном действии.

Существуют и другие разновидности дзиу-кумитэ, каждая из которых связана с определенными ограничениями.

Танганхо кумитэ - свободный спарринг, в котором удары наносятся ладонями. Данное ограничение снижает возможный травматизм и больше напоминает игровое состязание. Как правило, удары ногами в этом случае не используются. Могут быть наложены также и другие ограничения: работа только одной рукой, работа разноименными руками, работа только по корпусу. Целенаправленное снижение ударной мощи позволяет сконцентрироваться на контроле дистанции и отработать перемещения.

Хппо-кумитэ - «обусловленный поединок на восемь сторон». Проводится как серия дзиу-иппон-кумитэ с разными партнерами, атакующими сразу по завершении микро-поединка укэ с предыдущим партнером.

Каэси (каеши) иппон кумитэ - поединок «возврата»: атака - защита от контратаки - повторная атака (любые технические действия);

Окури иппон кумитэ - поединок «передачи»: атака - защита от контратаки - контратака (при удобном случае) - решающая атака (любые технические действия);

Кумитэ в сравнении с другими видами подготовки

Кумитэ предполагает соединение наработанных навыков движения, удара, контроля своего тела, контроля положения тела противника.

Кумитэ и кихон предполагают детальное воспроизведение некоей идеальной схемы в расчете создать связь между определенным заданием и реальным исполнением. В кумитэ эта связь должна стать интуитивной, многие движения в результате наработки становятся по виду спонтанными, в них устранена фаза анализа. Анализу в этом случае подлежат другие «параметры» - ощущение своего состояния и способности совершать определенные технические действия (уменьшение возможностей, связанное с усталостью, травмами, тактическими приемами партнера и др.).

Необходимо понимать, что в практике подготовки мастера каратэ есть ряд «разрывов». Методика ката, кихон, техника самообороны от ножа или палки и т.д. имеют свои особенности. И только в процессе длительных тренировок все навыки сливаются в общее умение, общие принципы реализуются в конкретных ситуациях подготовки. Поэтому элементы ката (и бункай) и кихон неизбежно появляются и в кумитэ. Но нет никакой необходимости прямо вводить элементы ката в кумитэ. Это нецелесообразно, поскольку сосредоточение на формальном внедрении некоторых элементов

ката отвлекает от более динамичной ситуации кумитэ. Бункай дает возможность лишь отчасти заполнить разрыв между ката и кумитэ.

В каратэ около трех десятков приемов (составных элементов), но они модифицируются во множестве вариантов. Множество нюансов, возникающих в кумитэ, конкретизируют комбинации, разработанные для кихон. «Изучать» все эти варианты не имеет никакого смысла. Отталкиваясь от базовых движений целесообразно «находить» вариации, наиболее приспособленные для собственных физических кондиций и конкретного поединка (особенностей партнера по кумитэ).

Техника кумитэ предполагает знание идеальных форм ката и кихон, способность их исполнять, но и то, и другое в кумитэ серьезно модифицируется – до такой степени, что кумитэ создает собственную форму (причем при разных типах кумитэ может возникнуть и новая форма). Идеальное исполнение ката вовсе не означает, что нечто «идеальное» будет и в кумитэ. «Идеальным» в случае кумитэ будет творческий момент, который адаптирует технику к конкретной ситуации. «Правильнее», с точки зрения ката и кихон, технические действия в ката бесполезны. На формирование, например, правильных стоек и правильной формы удара в кумитэ просто нет времени. Стойки и удары в кумитэ вынужденно укорачиваются, многие блоки и удары в кумитэ приходится наносить из неудобных («неправильных») положений. Но как раз это и есть модификация базовых техник, приближенных к реальному бою, - их творческое приспособление к динамике боя.

Спортивные поединки. В спорте главное – в рамках правил показать технические действия, заметные судьям, которые оценивают поединок. Здесь очень часто применяются упомянутые «кинематографические» приемы. Спорт, превращенный в зрелище, предполагает именно такую трансформацию боевых искусств: они должны быть «понятны» совершенно неподготовленному зрителю. Кроме того, на оценки судей зачастую не сказывается уровень вложения силы в удар. От этого поединки превращаются в «салочки», атаки ведутся с длинной дистанции (чтобы быть замеченными судьями), любое действие сопровождается триумфальными жестами и телодвижениями, демонстрирующими, что удар прошел.

Кумитэ, приближаясь в определенных случаях к реальному бою, нередко заставляет вести бой на достаточно короткой дистанции и применять круговые и короткие удары, быстро переходить к бросковой технике, думать о защите (которая в спортивных поединках при отсутствии наполненности в ударах не особенно нужна). Развитие полезных навыков в спортивных поединках не означает, что их закрепление и есть главная подготовка к реальному бою. В реальном бою эффективность будет оцениваться по другим критериям. Поэтому в кумитэ необходимо уходить от спортивных оценок и зрелищных приемов, что требует «неспортивного» настроя участников поединка (конечно же, в сочетании с необходимостью сохранить здоровье партнера и свое здоровье, не допуская серьезных травм). «Боевая»

техника запрещена спортивными правилами и в кумитэ также может только имитироваться.

Спорт всё-таки при правильной дозировке и соревновательной практике даёт хорошую базу принципов поведения в бою: передвижения, защита, контратака, психологические элементы боя.

Показательные формы. «Работа на публику» в показательных выступлениях, а также в кинематографе, имеют весьма малое отношение к кумитэ. При демонстрации в этом случае удары намеренно замедляются, добавляются паузы для длинных и красивых стоек, удары ногами наносятся преимущественно в голову, включаются приемы воздействия на публику, которые вообще не имеют отношения к каратэ (усиленная мимика, статичное напряжении мышц для демонстрации их рельефа и т.п.). Показательные формы следует рассматривать только как средство привлечения внимания к каратэ и вовлечения в тренировки новых учеников.

Техника в кумитэ

Стойки и перемещения

В кумитэ нецелесообразно повторять стойки кумитэ. Правильные стойки в ката – это определенное усложнение, которое тренирует контроль своего тела, а попутно – возможность «переносить» сложные переходные положения тела, которые могут встречаться в кумитэ. Длинные стойки в кумитэ могут помешать подвижности и скорости, но они могут возникать, когда требуется длинный выпад. «Свободные» стойки проявляют индивидуальность и общий принцип отступления от заученных форм («выучил зенкуцу-дачи – забудь зенкуцу-дачи»). Даже стойку камаэ Г.Фунакоши предлагал не закреплять.

Прочная стойка, позволяющая наносить мощные удары, в динамике боя не является предпочтительной. Устойчивость должна быть «дискретной»: сохраняемой в необходимые моменты - для нанесения удара, проведения блокирующего действия, броска. В следующий за действием момент должно произойти перемещение – освобождение от стойки.

Длинная стойка более устойчива и позволяет наносить сильные удары, но затрудняет перемещение. Поэтому длинная стойка должна носить скорее переходной характер, сохраняясь лишь на момент удара, блока или броска.

Скрестная стойка (тэйджи-дачи и др.) кажется опасной даже при переходных положениях, поскольку возникает опасность подсечки или иной атаки от противника, использующей неустойчивое положение. В то же время, скрестная стойка позволяет мимолетно занять позицию, из которой корпус раскручивается для мощного удара. Скажем, при подготовке к нанесению ура-маваши-гэри или уширо-гэри или при двойном ударе рэн-цуки.

Расположение рук связано с противоречивой задачей защитить самую уязвимую часть тела – лицо, но и не закрывать себе обзора, возможности наблюдать действия противника. Высоко расположенные руки открывают нижнюю часть тела, но создают пространство для динамичного

блокирования ударов противника в корпус и пах. Кроме того, нижняя часть тела может защищаться движениями корпуса и подставкой голени или бедра под удар противника, а также опусканием локтя. Низко расположенные руки создают динамику для блокирования ударов, направленных в верхний уровень. Но само движение блокирующей руки вверх не столь естественно, как движение вниз. Низкое расположение рук может быть оправдано только при задаче захвата ударной ноги противника и сохранения свободного обзора, когда дистанция достаточно велика.

Таким образом, в качестве базовой стойки предпочтительна короткая (узкая) стойка, позволяющая перейти в длинную (широкую) широкую стойку как при атаке, так и при обороне – сделать внезапный выпад или уклон с сохранением возможности возвратного движения для собственной атаки. На ударной дистанции руки должны располагаться высоко – более или менее стандартная боксерская позиция. Пальцы легко сжаты во избежание травмирующего удара соперника, но при этом кисть не закреплена, пальцы не напряжены.

Чем короче дистанция, тем выше следует держать руки. На дальней дистанции невозможно ожидать удара ногой в голову. Да и любая атака противника видна – при его опасном движении можно либо разорвать дистанцию, либо пойти на сближение, поднимая руки (или одну руку), защищая подбородок, нос, глаза, висок.

Атакующие действия

Ударная техника в элементарных комбинациях была нами рассмотрена выше. К изложенным соображениям стоит добавить, что отработанный удар – основной элемент кумитэ, в котором его поражающую функцию надо дополнить перемещениями, выводящими на ударную позицию, с которой удар наносится как по макиваре или боксерскому мешку. То есть, завершающая стадия атаки после различных подготовительных и промежуточных позиций должна приводить атакующего к отработанной концовке, которая в идеале должна заканчивать поединок, а в условностях кумитэ демонстрировать способность нанести завершающий удар, не травмируя партнера.

Комбинационная техника подбирается каждым индивидуально. Выбор «коронных» комбинаций огромен, поскольку после любого удара или блока может быть реализован любой удар или блок. При трех десятках базовых технических действий мы получим около тысячи двухкомпонентных комбинаций, а с учетом того, что есть разница между левым и правым, число комбинаций окажется около 4 тысяч. Конечно, большинство из них применяются очень редко. Для сравнения: число комбинаций, включающих «двойку» руками + маэ-гэри + маваши-гэри (трехударная комбинация), составит всего-то шесть вариантов. Но это базовые схемы. Число комбинаций будет в 4 раза больше, если учесть вариации, меняющие правое на левое в каждом ударе ногами. С учетом того, что «двойка» руками может начинаться с правой или левой руки, могут варьироваться стойки, перемещения после каждого удара (с подшагом, возвратом ноги и т.д.) число

комбинаций уже превышает сотню, и заучивание этих комбинаций теряет всякий смысл. Разумнее отработать три указанные удара, а потом стремиться наносить их из любых положений, свободно составляя комбинации. Частично эти комбинации отрабатываются в кихон, но динамика кумитэ требует не повторения кихона, а интуитивной реакции на ситуацию и составление комбинации по ходу поединка. Итогом комбинации должен быть выход на дистанцию для иккен-хисацу и нанесения завершающего удара (уровень имитации задается условиями кумитэ) в зависимости от положения противника.

Пример комбинационной техники: провокация на маэ-аши-маваши-гэри от противника (подставка под удар), имитация маэ-аши-маваши-гэри на подскоке, уширо-гэри с разворота (с использованием закручивания корпуса в имитационном движении):



Дистанция и сила удара. Внезапная атака может предполагать размашистое движение. Но такая атака достаточно заметна и имеет смысл только в динамике, в сочетании с другими атакующими действиями. В принципе, для сильного поражающего действия достаточно движения корпуса. Главное же в атаке – нанесение удара с нужной дистанции и с достаточной точностью. При боевой атаке уязвимых точек противника согнутым пальцем, выставленным из сжатого кулака (ипон-кен) для достижения нужного эффекта достаточно несильного попадания.

Нацеленность атаки. Спортивные единоборства предполагают серьезное смягчение ударов в голову как накладками на руки и ноги, так и разного рода шлемами, а также правилами, ограничивающими контакт. В связи с этим увеличивается роль ударов в незащищенный корпус. Боевая ситуация, напротив, требует особого внимания именно к ударам в голову. Один ослепляющий удар может решить исход поединка. Несильный удар

ипон-кен в область глаз, носа, губ (согнутым указательным или средним пальцем), в висок (согнутым большим пальцем, круговой удар) или легкий скользящий удар пальцами по глазам, вызывающий обильное слезотечение, позволяют получить в реальном бою решающее преимущество.

Изменение угла атаки. Предполагает смещение в сторону перед проведением атакующего действия. В этом случае партнер может не успеть отреагировать на изменившееся положение и эффективность его защиты снизится. Он будет перекрыт от прямой атаки и плохо закрыт от атаки под углом. Кроме того, изменение угла атаки может «провалить» контратакующее действие. Партнер изготовлен к контратаке по прямой, и когда атакующее действие против него приходит с неожиданной стороны, ему приходится либо отказаться от контратаки, либо контратака будет неэффективной.

Пример: Нанесение удара маэ-гэри чудан с предварительным отступом влево для «раскрытия» противника.



Учет позиции противника определяет наиболее эффективную атаку. Если оба противника предпочитают левостороннюю стойку (стойку правши), то удар справа без подготовки атаки может быть неэффективен: прямой удар в корпус натыкается на предплечье и локоть, для ухода от удара в голову (прямой или круговой) достаточно просто наклонить корпус вперед, удар маваши-гэри справа может быть нанесен только по внешней стороне бедра или по спине, удар справа в голову маваши-гэри также блокируется предплечьем с использованием наклона корпуса. Удар левой рукой или левой ногой в этом случае оказывается более эффективным, поскольку для удара слева корпус противника «раскрыт». Именно поэтому в боксе большинство нокаутов производится ударом левой рукой. Чтобы противник был «раскрыт» для удара справа, необходимо правой конечностью наносить специфические удары из арсенала каратэ - справа налево правой рукой или ногой. С левой стороны противнику могут быть нанесены удары справа:

уракен-цуки, тэцуи-учи, ура-маваши (с разворотом корпуса и без разворота). Также для «раскрытия» противника под удар справа может быть использовано смещение влево (изменение угла атаки).

В целом для атакующих действий в типичной для правшей стойке движение влево улучшает условия для атаки, движение вправо – для обороны. Смена стойки в динамике боя создает обратную ситуацию: если противник переходит в стойку левши, то движение вправо облегчает атаку, движение влево – оборону.

Атака в корпус эффективна только если она достаточно мощная и достигает особенно уязвимых зон – прежде всего, плавающих ребер, печени (под ребрами справа) или солнечного сплетения. Эти зоны открываются только в случае, если противник поднял руки, защищая голову. (Если он просто поднял руки, то его это приглашение к атаке, которую он знает как отразить). Соответственно, удары в голову могут быть подготовительными перед ударами по корпусу.

Удары руками в разные уровни могут дезориентировать противника. Вместе с тем, они должны содержать основной удар, ради которого противника заставляют поднять или опустить руки. При этом для достаточно длинной атаки (противник должен успеть среагировать на ваши подготовительные удары, раскрываясь для основного и завершающего), он должен оказаться в положении, когда не может быстро отступить – либо сам собирался атаковать, либо замешкался, либо его останавливает естественное препятствие.

Удар в корпус не может быть легким. Его нужно всегда наносить «проникающим» движением, поскольку инстинктивно противник всегда «провалит» атакующий удар, сгибая или отклоняя корпус. Поэтому атака в корпус наиболее эффективна при встречной атаке или же в ближнем бою, когда можно нанести удар в наиболее уязвимые места – по плавающим ребрам, в область солнечного сплетения.

Блокирующие действия

Блоки могут быть мягкими и жесткими. Мягкий блок переводит атакующее движение противника в направлении, необходимом для погашения атаки противника и подготовки собственной атаки. Жесткий блок травмирует атакующую конечность или «сносит» защиту противника, чтобы обеспечить собственную атаку.

Мягкий блок может также предшествовать захвату и силовому перемещению конечности противника – либо для проведения болевого приема, либо для открытия уязвимой части его тела для проведения удара.

Пример: перекрывание рук партнера + гяку-цуки-дзедан



Перенаправление удара противника может быть достигнуто созданием поверхности скольжения. Скажем, проникающий удар маэ-гэри, пришедшийся вдоль подставленной ему навстречу одноименно руки, соскользнет с исходной линии атаки и уйдет за габариты вашего тела. Если в такт движению ваша рука согнется в локте, то есть шанс захватить ногу противника. Но и без этого противник вместо удара вынужден будет сделать большой шаг, который развернет его к вам спиной или боком.

Более жесткий, но подобный вариант блока – разноименной рукой с формированием поверхности скольжения вдоль предплечья со стороны большого пальца. Предплечьем же бьющую ногу можно «проводить» в прежнем направлении – за пределы габаритов своего тела.

Пример обороны от комбинации гяку-цуки + гяку-цуки + маваши-гэри: блок, встречный удар кизами-цуки, проваливание второго удара и сопровождение скручивания партнера, проваливание его удара ногой, затем ответная атака.



Отводящий блок возможен при атаке противника прямым ударом рукой. С линии атаки этот удар может быть отведен синхронным (точнее, слегка десинхронизированным) встречным ударом одноименной руки. Более эффективным такой блок-удар будет при некотором смещении с исходной линии атаки и нанесении своего удара под некоторым углом к этой линии.

Это позволит проще «провалить» противника и проще отвести поверхностью скольжения инерцию удара.

Жесткий, ломающий блок против удара маэ-гэри может быть осуществлен как обычным гедан-бараи, так и подставкой бьющей поверхности обоих кулаков или даже обычным ударом по бьющей конечности.

Специфика каратэ делает блоки менее предпочтительными перед уклонами и уходами, поскольку ошибка в блоке может означать поражение в поединке. Это в боксе можно подставить под удар противника мягкую перчатку и вовсе спрятаться за ней. Применение такой техники в каратэ невозможно, поскольку без перчаток кисти рук не создают практически никакой защиты. Именно поэтому в каратэ блок – это тот же удар. Он должен быть настолько жестким, чтобы отбить у противника охоту атаковать или хотя бы отвести мощный удар в сторону. Блок может просто сопровождать уклоны корпусом, легкими движениями дополнительно отклоняя удары противника. В этом случае расслабленность мышц во время блока создает условия для быстрой контратаки.

Пример: уклон от кизами-цуки дзедан с кизами-цуки чудан



У блока также есть важная функция – «прощупывание» дистанции и контакт с противником. Знание дистанции позволяет продолжить эффективно обороняться или перейти в контратаку. Контакт дополняет зрительное восприятие дистанции. Кроме того, блок может быть дополнен захватом и контролем дистанции на какое-то время.

Блок может быть не только ударом. Блок может «сопровождать» руку или ногу партнера, может «сдвигать» её в сторону, может «мешать» двигаться в выбранном направлении и т.п. Блок дает возможность получить контакт с противником и контролировать его не полагаясь только на зрительный анализатор. Блок позволяет сделать захват и в некоторой степени управлять телом.

Принцип кумитэ (и каратэ в целом) – применить силу в необходимом объеме, в нужное время и в нужном месте. Исходя из этого, блок может быть аналогом удара, ломающим атакующие конечности, или легким касанием отводящим удар в сторону, сохраняя при этом возможность для эффективной контратаки.

Контратакующие действия

Оптимальный вариант контратаки – упреждение. Такая контратака пресекает действия партнера еще до их разворачивания в комбинацию. Начало движения, когда положение тела неустойчиво, а скорость бьющей конечности еще невысока – лучший момент для упреждающей контратаки. Вместе с тем, упреждающая контратака – очень хрупкий инструмент. Она может быть неудачной, поскольку действия партнера оценены неверно, она может быть неверной реакцией на имитационные и обманные движения, наконец, она может «не попасть» в момент, на который рассчитана.

Реакция на комбинационные действия атакующего противника требуют не вычленения отдельных ударов и реакции на каждый (это и невозможно), а обобщения атаки – игнорирования менее опасных действий и концентрации на отражение наиболее опасных. Поскольку в финале комбинации всегда предполагается акцент, именно это действие и должно быть сорвано. Поэтому атака должна «захлебнуться» после подготовительных действий противника, контратака должна разрушить сценарий с акцентом в конце и перехватить инициативу.

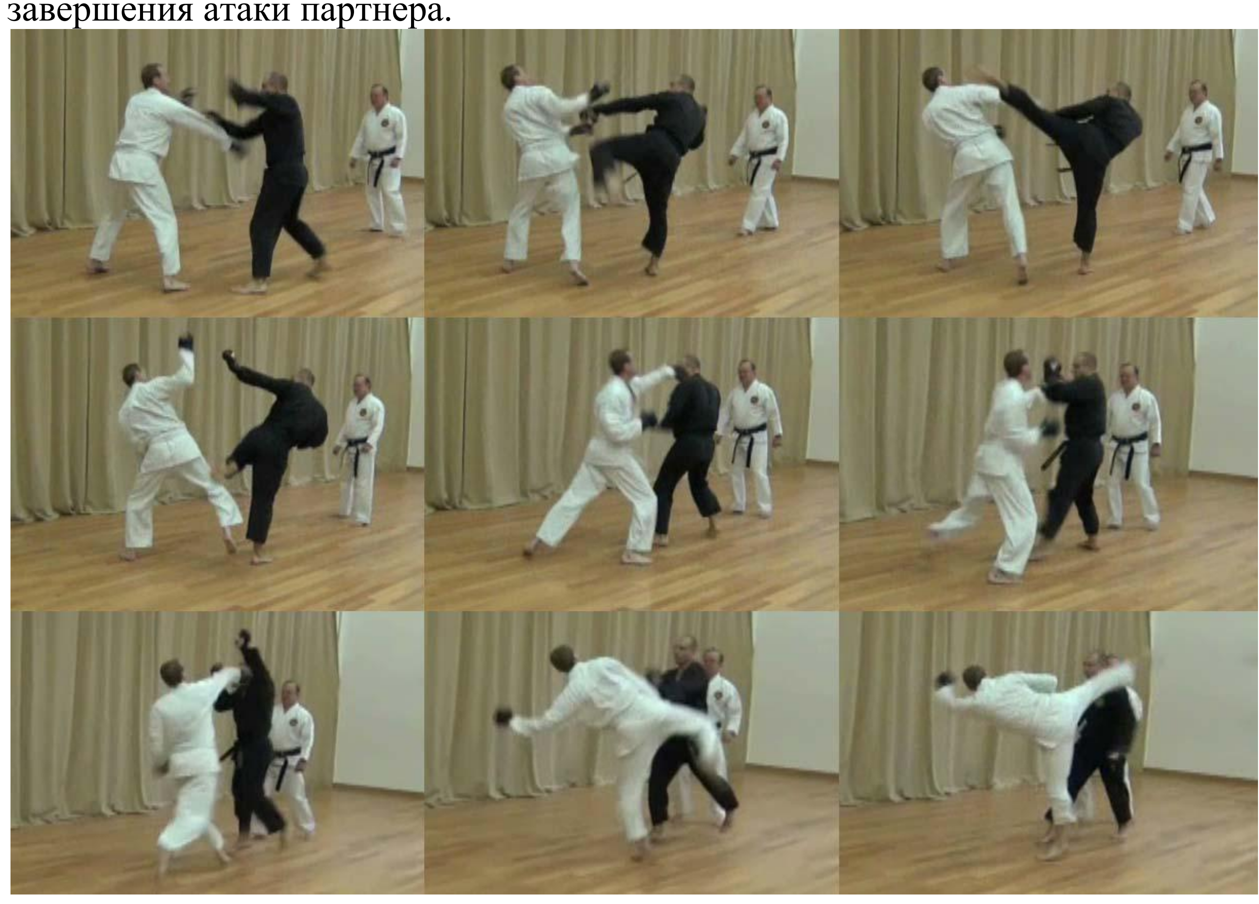
Разрушают атаку оппонента только парадоксальные действия, неожиданные для атакующего. Если атака предполагает отступление, то надо наступать, вместо блокирования имитационного удара, наносить собственный удар.

Для контратаки важно освоение *Амаши-ваза* - искусства разрыва дистанции для ухода от атакующей техники и немедленной контратаки, упреждая возможную повторную атаку. Главная задача - разрыв дистанции на минимально нужное расстояние или уклон (уход корпусом) с заложенным в том же движении сокращении дистанции. Простейший вариант: отступление задней ногой для разрыва дистанции с подтягиванием передней, использование ее как опорной и переходом в контратаку (может быть, с подшагом передней ногой). Контратака подготавливается перемещениями, техникой *каваши* - уходами. Форм каваши достаточно много - уклоны шагами, корпусом, руками; вперед, в сторону, назад, вниз. Уходы могут выполняться в движении или на месте.

Пример контратаки: уход от маэ-гэри чудан с переносом веса тела на заднюю ногу, придерживание бьющей ноги, атака цуки дзедан с переносом веса тела на переднюю ногу.



Пример контратаки: в ответ на сбивающий блок + маваши-гэри. Отчетная атака: гяку-цуки + гяку-цуки + маваши-гэри. Атака начинается до завершения атаки партнера.



Борцовская техника в кумитэ

Освобождение от захватов и использование захватов

Самым эффективным ответом на захват является удар. При любом захвате боец интуитивно должен найти возможность для удара. После удара возможны другие действия – бросок, болевой прием. В то же время, удары не всегда соответствуют ситуации. Когда необходимо лишь остановить противника, но не уничтожить его («гражданская» ситуация), то безударная техника предпочтительнее. В боевой ситуации болевые приемы также могут заменять удары, если противник предоставляет возможность для надежного захвата. Действительно, если удар можно перетерпеть, смягчить движениями корпуса, подставками и уклонами, то надежно захваченная на излом рука не оставляет противнику практически никаких шансов – ему не разорвать дистанции для нанесения удара и не стерпеть боль от поврежденной конечности.

Захват за одну руку оставляет широкие возможности для нанесения ударов свободной рукой и ногами. Сложность возникает в случае, когда блокирована ударная рука (правая у правшей, левая у левшей). Поэтому удар свободной рукой или ногой должен сопровождаться движениями по освобождению от захвата (последние широко практикуются в айкидо).

Другая сложность возникает, когда захват сопровождается разворотом корпуса – таким, который затрудняет нанесение удара свободной рукой. Обычно это разворачивающий захват за предплечье («подмышку»). В этом случае имеется возможность нанесения удара ближней к противнику ногой (поскольку противник сам развернул вас к себе плечом) или, продолжая движение противника, - нанесение удара с разворота. Поскольку принуждающие движения противника требуют достаточно короткой дистанции (иначе развернуть вас ему не удастся), то удар с разворота дает возможность провести эффективный удар локтем.

Освобождение от захвата одной руки легко проводится сбиванием другой рукой, травмирующим захватившую руку противника. Рубящий удар предплечьем наносится в захватившую кисть с одновременный резким вырыванием захваченной руки, которая тут же приходит в боевую позицию и наносит удар (обычно в голову противника). Вослед этому удару сразу должен следовать удар рукой, проводившей рубящее движение. Таким образом, имеем три фазы освобождения-атаки: рубящее движение с вырыванием, удар освобожденной рукой и удар освободившей рукой. Дополнить эту комбинацию в ее начале может дополнить легкий ослепляющий удар свободной рукой (иппон-кен, нукитэ, удар «кошачьей лапой»). Если этот удар рассчитан как достаточно сильный, то необходимость в рубящем ударе пропадает – вырывание происходит одновременно с поражающим противника ударом свободной рукой.

Освобождение от захвата предплечья путем вырывания может оказаться неэффективным, если противник заметно сильнее физически или свяжет ваше движение, не противодействуя, а следуя ему. Вместо вырывания

может быть применена техника «выкручивания» - проворачивания захваченной руки вокруг точки захвата. Тогда рука превратится в мощный рычаг, разрывающий захват пальцев противника. В этом случае происходит сближение с противником и совмещение своего предплечья с его предплечьем – в этом положении удерживать захват практически невозможно. При этом рука противника может быть перехвачена, а «выкрученная» рука может нанести удар (например, уракен). Поскольку вы оказываетесь с противником бок о бок, то здесь же дополнительным действием с вашей стороны может быть подсечка.

Захват в кумитэ

Связывание рук противника захватами – техника, которая может дополнять ударную технику или обеспечивать переход к борцовской технике.

Пример: Захват блокирующей руки противника после имитационного удара + нанесение повторного удара. Либо той же рукой (если происходит перехват блокирующей руки противника другой рукой), либо другой рукой (когда захват производится рукой, которой наносился первый удар). Все три действия: имитационный удар, перехват и основной удар наносятся очень быстро за счет того, что первые два движения легкие, а третье происходит почти одновременно со вторым. Перехват руки противника мешает ему поставить новый блок, а удар наносится именно в ту область, которая могла бы блокироваться этой рукой.

Вариант: Удар наносится после короткой паузы, во время которой противник пытается вернуть свою руку в «рабочее состояние» и тем самым открывает ту область, которая была прикрыта при связывании руки. Целью удара является область, которая открывается в момент возвратного движения руки противника. Используется инстинктивное желание противника освободить загруженную руку.

Варианты: Использование захвата для натягивания противника на себя (сокращение дистанции), «загрузка» противника через давление на его руку и «повисание», сковывающие противника, + общее движение на него (сокращение дистанции), отталкивание (увеличение дистанции), отведение захваченной руки вниз с освобождением зоны, куда наносится удар, отведение руки противника в сторону с разворотом противника боком к себе.

Примеры:

После удара в корпус. А) Противник блокирует руку блоком одноименной руки. Захват руки и рывок на себя с разворотом противника боком к себе. Б) Противник блокирует разноименной рукой. Загрузка блокирующей руки противника за счет движения блокированной руки локтем вперед и поверх руки противника. Возможен удар локтем.

Пример: Удар противника в корпус (возможно, имитационный) и захват одежды противника на груди, нанесение ударов другой рукой.

Варианты: Наваливание на противника с ударами свободной рукой в разные уровни (общее движение вперед), натягивание противника на себя со

встречным ударом (ударами) свободной рукой, рывок в сторону с разворотом корпуса противника и ударами в корпус, спину, затылок, шею.

Проход в ноги

При неготовности к борцовским комбинациям противника, проход в ноги – один из основных вариантов быстро достичь решительного преимущества в кумитэ или реальной схватке. Это показывают схватки по правилам смешанных единоборств. Даже при готовности к проходу в ноги мастера миксфайта далеко не всегда находят для него успешные варианты противодействия. Встречный удар или удар локтем сверху вниз проходят только в том случае, если удается отпрыгнуть, не дав противнику вывести себя из равновесия, или резко отбросить ноги назад, навалившись на противника корпусом. Очень часто ударная техника оказывается неэффективной, поскольку применяется уже в падении.

Чтобы применять технику захвата за обе ноги, необходима достаточная подготовка – как в скорости исполнения приема, так и в выстраивание тактики: применение прохода в ноги в тот момент, когда партнер этого не ждет или дезориентирован отвлекающими действиями (например, ложной атакой рукой в голову). Чтобы проводить подобный прием и успешно контратаковать, необходим основательный опыт борцовской подготовки.

Подсечка

Эффективно может применяться для выведения партнера из равновесия, а при удачном стечении обстоятельств – для опрокидывания и добивания.

Подсечка может быть неожиданной для противника, которого атакуют в голову, а затем наносят подсекающий удар в момент, когда его положение неустойчиво (например, когда он начинает отступать).

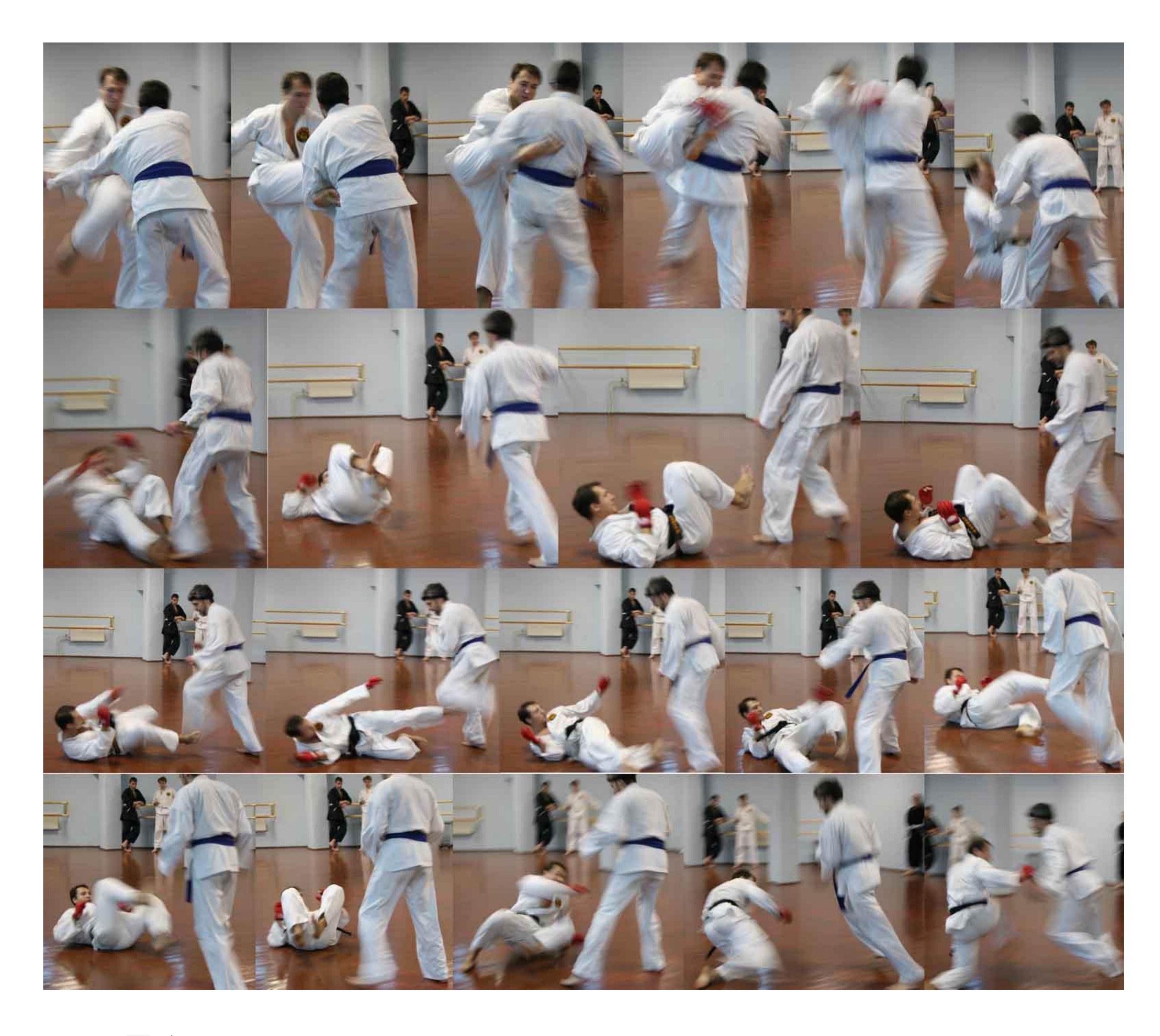
Пример: «Двойка» голову на движении вперед и подсекающий удар с продолжение этого движения. Партнер, не успевший отступить передней ногой, разгружает ее, и в этот момент эта нога подсекается, нарушается его равновесие.

Подсечка при контратаке чаще всего применяется после «проваливания партнера, который наносит удар ногой. Эта нога подсекается в момент ее опускания перенесения на нее веса тела.

Пример: Партнер наносит уширо-гэри. Обороняющийся уходит с линии атаки вперед и в сторону с заходом за спину атакующего, захватывает его за плечи и подсекает под опорную ногу, опрокидывая атакующего навзничь. После чего следует добивание.

Пример: Партнер атакует руками в голову с движением вперед. Обороняющийся отклоняется, загружая заднюю ногу, не меняя положения ног. После «проваливания» атаки, он подсекает ближайшую к себе ногу партнера, выводя его из равновесия, и нанося удар с переносом веса на переднюю ногу.

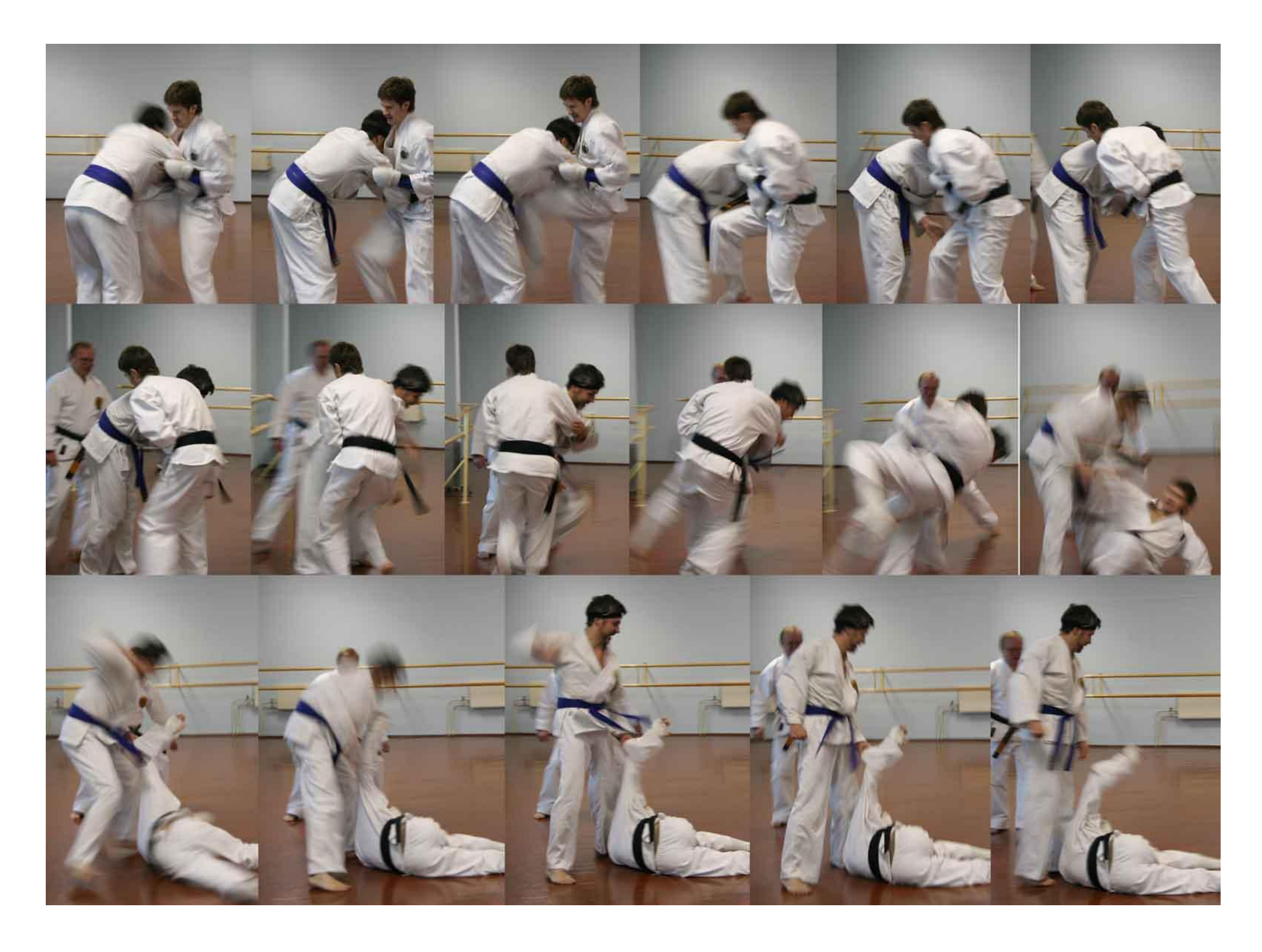
Пример: После маваши-гэри чудан производится захват бьющей ноги и подсечка под опорную ногу изнутри. В данном случае партнер демонстрирует успешную защиту лежа.



Подножка

Чаще всего возможность произвести бросок возникает в случае сближения партнеров и захвата, неизбежного в близкой дистанции.

Пример: партнер на ближней дистанции пытается нанести удары коленом в корпус, которые блокируются локтями и предплечьями, применение задней подножки происходит в момент, когда партнер показывается в неустойчивом положении после удара. После броска проводится добивание.



Борцовская техника может применяться против ударной техники в случае, когда прихватывается бьющая конечность и ограничивается движение партнера. Прихватываение бьющей ноги обычно выводит партнера из равновесия, после чего может следовать бросок.

Пример: после захвата бьющей ноги производится зашаг за опорную ногу партнера, ответный удар маваши-гэри (или коленом) и бросок задней подножкой. При исполнении такой комбинации сохраняется опасность нанесения партнером ударов руками, стоя на одной ноге, а также успешное исполнение им приемов в партере. В данном случае мы видим плотный захват, не позволяющий проводить технические действия, и успешный уход партнера из невыгодного положения в партере.



Любой блок может «нагрузить» противника весом тела. Это вариант, в котором соприкосновение с оппонентом затягивается – в противоречие с принципом ударной техники, когда удар или блок должны быть максимально быстрыми. «Загрузка» противника чревата ударным ответом, но создает преимущество в затруднении его движений. Даже слегка захваченная рука или «прилипание» к ней на какое-то мгновение создают новые условия для применения ударной техники.

То же «зависание» удара, которое выглядит неправильным, если не имеет цели, становится источником новых действия. Оставленная после удара рука может переключиться на захват или, скажем, на удушающий или боевой прием на горло оппонента. Захват может позволить сломать сценарий оппонента резким рывком. Весьма эффективен быстрый захват за шею или затылок с рывком противника вперед и вниз с проваливанием. В этом случае он попадает в крайне неудобное положение, затрачивая время для восстановления боевой позиции, а также рискуя получить удар коленом в лицо.

Тактика кумитэ

Тактика дзиу-кумитэ

Владеть всеми техническими приемами в равной степени невозможно. Знать можно всю технику, но применять следует лишь то, что соответствует собственным особенностям (при недостаточной растяжке не стоить

стремиться непременно нанести удар ногой в дзедан), ситуации (даже при хорошей растяжке дотянуться ударом ноги до головы высокого партнера очень трудно) и отработанным комбинациям (изобретать на ходу значительно труднее, чем «выстреливать» десятком наработанных техник). При этом арсенал необходимо все-таки разумно пополнять. Поскольку бедная техника удобна для подготовленного партнера, который быстро расшифрует стандартные движения и будет успешно их блокировать и контратаковать.

Восточные объяснительные схемы рекомендуют быть в кумитэ подобным волне, накатывающейся на берег, неколебимо стоять как гора, прыгать как обезьяна, быть устойчивым как петух, гнуться как сосна – только верхушкой, поворачиваться как колесо, сгибаться как натянутый лук, быть легким как лист, тяжелым как железо, парить над противником как орел, готовый упасть камнем на добычу, действовать быстро, как порыв ветра. Все эти образные рекомендации мало чего говорят европейцу, склонному оперировать другими понятиями: сила, рычаг, центр тяжести и т.д.

Важнейший элемент тактики поединка - управления инициативой, которая определяется следующими установками, меняющими рисунок кумтэ:

- Последовательная контратака - Го-но-Сэн (последовательная смена защиты и атаки);
- Собственная инициатива - Кен-но-Сэн (упреждающая контратака до начала атаки партнера);
- Атака со сменой стойки - Юу-но-Сэн (повторная атака с зеркальной сменой всех движений в комбинации);
- Провокация и контратака из камаэ - Тай-но-Сэн (имитация атаки и действия в соответствии с заранее рассчитанным поведением противника);
- Контратака в атаку из камаэ - Тай Тай-но-Сэн (перехват инициативы, срыв атаки противника имитационным действием и переход в атаку);
- Одновременные защита и контратака - Сэн-но-Сэн (объединение в одном движении защиты и атаки);
- Предвосхищение и упреждение - Сэн Сэн-но-Сэн (упреждение в начальной фазе атаки партнера, срыв сценария его атаки собственной атакой).

Другие рекомендации, почерпнутые из дзен-буддизма:

«Незамутнённое сознание» (Мусин) - отсутствие «словесных цепочек» в мыслях, отрешенность, бессознательные (автоматические, интуитивные, инстинктивные) действия.

«Дух подобный глади Воды» (Мидзу-но кокоро) - выключенные эмоции и размышления, полное внутреннее спокойствие духа, который подобен глади озера в безветренную погоду и лишь зеркально отражает происходящее.

«Дух подобный свету Луны» (Цуки-но кокоро) - полная ясность и свобода от иллюзий, восприятие полноты действительности без скрытых «тенью» элементов.

В данном случае образы уместны, поскольку психологические состояния крайне трудно описать в рациональных терминах. В то же время, для тактики кумитэ или реального боя они не дают прямого разъяснения и становятся понятны лишь по мере совершенствования мастерства.

Восточная философия пустоты рекомендует освобождать сознание от всего лишнего, чтобы рукой бойца руководил Всевышний, а не его иллюзии и страхи – «Всевышний ведет мой меч». Для европейского восприятия такой рекомендации недостаточно, поскольку требуются вполне конкретные рекомендации заполнений той самой «пустоты», которую предпочитает восточная философия. Ведь именно работа над техникой каратэ и тактикой поединков дает те автоматизмы, которые отключают анализ, замедляющий реакцию в кумитэ.

Борьба за пространство

Кумитэ обычно проводится в ограниченном пространстве, и здесь применима тактика боксерских поединков – «срезание углов». Противник не должен свободно перемещаться по площадке для кумитэ, границы площадки должны ограничивать его передвижение – в особенности в углах. Этому способствует угадывание перемещения противника и атаки навстречу его перемещениям.

Пространственные ограничения создают также условия для успешных многоударных атак, которые оттесняют противника к границам площадки и сковывают ответные действия, заставляя все время пятиться.

Методом ограничения передвижений противника может быть захват, движения за спину противника, действия в ближнем бою, неожиданные встречные движения, вяжущие действия, «липкие руки». Соответствующие технические приемы сковывают ответные действия, заставляют противника тратить время на уход из неудобных для него положений, уступать пространство, отступать в невыгодную позицию.

Серьезные ограничения для противника в его стремлении контролировать пространство могут быть «ослепляющие» действия – имитационные удары, отвлекающие внимание, перекрывание поля зрения выставленной рукой, легкие «мажущие» удары перед лицом противника.

Ритм

Ритм в кумитэ – сочетание равных или разных по продолжительности промежутков времени между техническими действиями. Ритм может быть синхронным или асинхронным. Синхронный ритм допустим лишь на время, пока противник сам стремится к сохранению ритма, и тогда синхронное отражение его ударов будет улавливанием его ритма. Но через короткое время противник наверняка захочет сломать ритм или обманет – нанесет ритмичный, но неожиданный удар (например, сменит уровень атаки). И тогда включение в ритм противника приведет к его успеху. Из этого следует, что необходимо навязывать свой ритм, втягивать противника в этот ритм, а потом неожиданно ломать ритм аритмичным действием. Напротив, если противник пытается навязать свой ритм, то его надо как можно быстрее сбивать, чтобы самому не угодить в ловушку.

Чтобы успешно атаковать, необходимо либо разрушить ритм противника или предпринять аритмичные действия, когда атакующее действие не встретит блокирующего. Этого можно достигнуть либо увеличением скорости последовательных технических действий (на одно движение противника два своих или уход от первого удара и упреждение второго), либо паузой между техническими действиями (когда противник будет следовать прежнему ритму и сделает бесполезное движение, «раскрывающее» его), либо обманным движением, на которое потребуется меньше времени, чем на реальное.

Пример: Дан-цуки, в котором первый удар не доводится до конца. Противник реагирует блоком, но не успевает поставить блок на второй удар, который идет вне естественного ритма, обычного для нанесения двух полноценных последовательных ударов.

Пример: Имитационный и основной удар ногой: маэ-гэри + ёка-гэри кикоми, маваши-гэри+ микадцуки, микадцуки + ёка-гэри.

Разрушение ритма противника может быть достигнуто упреждающей его атаку угрозой. Атака будет остановлена опасностью получения встречного удара, после чего можно без паузы начать свою атаку.

Провоцирующие и обманные действия

В разделе, посвященном ударной технике, мы уже писали о пользе провоцирующих ударов недовведенных до конца. Здесь мы приведем еще один пример.

Пример: после дважды намеченных подсекающих ударов по голени, третье движение неожиданно для партнера превращается в ура-маваши-гэри. В данном случае партнер частично блокирует атаку и переходит в контратаку.



Эффективный метод обмана противника – ложное отступление. Используется желание находиться на дистанции, с которого можно начать атаку. При ложном отступлении используется начало движения противника вперед для восстановления такой дистанции. В этот момент атака оказывается эффективной, если вовремя пойти навстречу противнику, и сократить дистанцию до расстояния удара.

Взгляд в кумитэ. Пристальный взгляд в глаза противнику во время поединка иногда практикуется, но в целом нецелесообразен. Возможно, кому-то это придает уверенности в себе и обеспечивает более быструю реакцию на движения партнера боковым зрением. Но в целом концентрация зрения на какой-то конкретной точке бессмысленна или даже вредна. Собственно, взгляд в глаза дает и партеру определенные возможности, если он что-то способен понять по глазам. Кроме того, прямой взгляд вполне может быть перекрыт в процессе поединка.

Иное дело, когда взгляд в глаза в опасной ситуации вполне может воздействовать на зачинщика драки, сообщив ему, что он натолкнулся на решительного противника, который будет биться до конца.

Еще одна иллюзия, связанная со взглядом в поединке, – попытка наработать способность не моргать. В какой-то степени такой навык развить можно, но он влияет на другие навыки. Противоестественная нечувствительность может затронуть какие-то другие способности организма. Невольное зажмуривание глаз – дело естественное. Важно контролировать свое «моргание», чтобы не упустить важной зрительной информации. Если же удар уже «прилетел», то ничего полезного увидеть, как правило, не удается.

Концентрированный крик

В кумитэ может быть использовано влияние звука на психику. С одной стороны, крик может служить концентрации собственных усилий, с другой – обманывать ожидания партнера, который вынужден будет воспринять резкий и громкий выкрик как удар. Крик может на долю секунды ввести в замешательство атакующего и обеспечить условия для контратаки.

Кумитэ с двумя противниками

Данный вид кумитэ может быть учебным упражнением или частью квалификационного испытания. Здесь внимание должно распределяться в пространстве, и ускоряется переход между отдельными техническими действиями, которые в обычном поединке направлены в сторону одного противника, перемещения которого достаточно хорошо видны. В кумитэ с двумя партнерами движения должны быть более быстрыми, неудачно начатые комбинации мгновенно обрываться, чтобы не получить ударов с неожиданных направлений.

Если атака идет одновременно с двух сторон, надо выйти из зоны пересечения траекторий атаки партнеров, но ближе к одному из них, которого и контратаковать. Таким образом, за счет перемещения одновременная атака окажется последовательной: сначала «отношения» выясняются с одним партнером, с которым происходит сближение, потом обращение к другому партнеру. Если атака последовательная, то лучше контратаковать первого (попытаться прервать его атаку), а потом второго противника. Другой тактический прием: слева блок, направо – удар. Или наоборот.

Учебный бой с двумя противниками позволяет запустить инстинктивные реакции на движения оппонентов и отработать быстрые перемещения. Здесь также важна работа корпусом: смягчение ударов или направление их вскользь, выстраивание противников в одну линию, чтобы они мешали друг другу.

Кумитэ с одним противником направляет внимание узко, сознание может увлекается возникшим замыслом или привычной комбинацией. Кумитэ с двумя противниками побуждает быстро реагировать и быстро наносить удары из любых положений, заботясь о том, чтобы со спины не было опасности. Некоторые удары пропускаются не потому, что их невозможно блокировать, а потому что в тот же момент надо блокировать более опасные удары или наносить более важные удары, которые «выключают» одного из оппонентов.

Тактика кумитэ в квалификационном испытании

Длительность экзаменационного испытания диктует определенную тактику и психологический настрой, которые позволяют перенести тяжелые нагрузки и выдержать много боев.

Во-первых, проходящему экзаменационное испытание следует осознать, что победа в кумитэ – лишь условность. Добиваться преимущества в каждом поединке, а тем более в каждом эпизоде невозможно, поскольку партнеры имеют достаточную квалификацию и преимущество в том, что они

не устали. От экзаменуемого требуется распределить усилия так, чтобы оставаться опасным для противника в каждом поединке и суметь каждый раз за время поединка провести не менее двух результативных атак.

Во-вторых, необходимо отказаться от обычного соотношения для разовых поединков соотношения атак, контратак и защиты. Для сохранения сил многие атаки партнеров придется блокировать, а не отвечать на них. В особенности в состоянии крайней усталости, когда атаки партнеров все чаще достигают цели (усталость замедляет реакцию и не позволяет парировать удары, которые в других условиях не представляют особой опасности), а собственные атаки имеют низкую результативность (скорость технических действий с усталостью падает, и партнеру проще отразить атаку). Поэтому необходимые технические действия следует проводить через контратаку, уступив инициативу партнеру.

В-третьих, необходимо отдыхать во время кумитэ, максимально расслабляясь между техническими действиями. Для этого необходим настрой не на «смертельную схватку», не на состязание самолюбий, а на игровой вариант поединков. Психологическая расслабленность дает возможность сохранять и физические силы. Игровой момент обеспечивает готовность применять разнообразный арсенал уловок и реагировать на уловки партнера.

Опыт поединков из других видов боевых искусств и спортивных единоборств зачастую может оказаться бесполезен, поскольку проводится при других условиях. Например, опыт боксерских поединков может ввести каратэиста в заблуждение: условия таких поединков существенно отличны от кумитэ. Возможно использование лишь некоторых элементов техники и тактики, некоторых общих принципов.

Значительная роль индивидуальности в технике и тактике единоборств обуславливают крайний дефицит публикаций на эту тему. Чаще всего личный опыт представляется как правильный в общем случае. Причем, такой опыт порой уникален по обстоятельствам (уникальный партнер, уникальные соревнования, случайная удача) и неповторим.

Технические и тактические приемы в кумитэ многоплановы и в процессе подготовки постепенно составляются в индивидуальные умения – своеобразный стиль ведения поединка. Они состоят из излюбленных действий и уловок для «переигрывания» противника, а также из волевых установок, которые не позволяют противнику достигнуть ожидаемого результата (например, способность переносить боль или невозмутимость, разрушающая обманные действие противника).

Нами рассмотрены лишь некоторые аспекты техники и тактики в кумитэ и методы подготовки к кумитэ. В целом же тема не может быть исчерпана или даже освещена с удовлетворительной полнотой. Она осваивается в конкретной практике тренировок, спаррингов и учебных поединков, которые несут на себе яркий отпечаток индивидуальности учителя и ученика – тем более очевидный, чем выше уровень мастерства.

Переживания и размышления

Личные переживания от сдачи изнурительных экзаменов – важный элемент в «картине мира» каратэиста. Если от экзаменов не получено удовлетворение, то дальнейшее продвижение в совершенствовании своих навыков может быть затруднено. При этом общий анализ может быть вполне самокритичен.

Здесь автор представляет свои сугубо субъективные воспоминания о квалификационных экзаменах, которые были написаны по горячим следам – практически сразу после испытаний.

Сдача на «коричневый пояс»

Ката у меня пошли как-то без нужной концентрации. Давно заметил, что при исполнении ката нужно внутренним голосом рычать. Это создает внутреннюю концентрацию и отвлекает от публики, которая на тренировках отсутствует, а на сдаче экзамена превращает тебя и все твои недочеты в предмет всеобщего внимания. И недочеты были. Посмотрел на фотографии – проблемы со стойками. Особенно плохо, что иногда была «отклячена» стопа задней опорной ноги. Стойки слишком высокие. По схеме ошибок вроде не допустил, но техника оставляла желать лучшего. И слишком запыхался, утомился.

На кихоне начал «умирать» - дыхание было сбитым уже на ката. Пару раз запутался в собственных «коронках» (токуи-ваза). Мозг начал отключаться. От этого трудно соображал в бункай. В своем же отработанном бункае концовку перепутал и заменил другой, в хэйанах долго соображал, какой элемент мне требуется расшифровать.

Техника от ножа и освобождение от захвата пошли неплохо. Вот тут у меня внутри образовался звериный рык. И дело пошло. С защитой от палки техника недостаточно наработана. Прошел эту часть экзамена как-то сумбурно. Тамишевари. Почему-то я сразу решил, что доски разлетятся. И они разлетелись. Правда, к вечеру кулак заплыл здоровенным синяком. Сломать доски пяткой или локтем оказалось значительно проще.

Дальше кумитэ. Сил уже почти не было, пришлось их беречь, перенося стремительно прилетающие удары. Особенно мне накидали в корпус и по ногам. Это оказалось неожиданно тяжело переносить. В голову щадили, а в корпус лупили нещадно. Валера несколько раз доставал своим мощным маваши. Что в спину, что в грудь это одинаково неприятно. От Андрея наполучал маэ-гэри, но это еще можно было терпеть. Андрей же первым меня завалил подножкой. К счастью, мне удалось подтянуть ногу к корпусу и отпихнуть его подальше.

Свои успехи запомнились очень ярко. Отбросим хорошие попадания в корпус и несколько легких в голову. Прицел в голову оказался вообще опасен тем, что противники при этом яростно били в корпус. К концу сдачи, как видно на фото, у меня тело стало красным – здоровенное пятно в разрезе кимоно.

Андрею я вернул его же технику. Когда он уцепился за меня и провел серию ударов коленом в корпус, я это перетерпел, блокируя руками, как мог,

а потом внезапно перешел на подножку с добиванием. Это вышло очень неплохо.

Маваши от Валеры сыпались одна за одной. Я пытался ловить. Это получалось редко. Тем паче, что после захвата его ноги, Валера тут же наносил один или пару ударов руками. Но все-таки два раза я его поймал. Первый раз стандартный вариант с задней подножкой. Упали мы с хорошей амплитудой. Хорошо, что я сверху. Но добивать мне Валера не дал – прижал к себе так, что ребра захрустели.

Второй раз подножка у меня не вышла, но Валера остался передо мной на спине. Я сразу понял, что это хороший момент, чтобы отдохнуть. Он пытался из положения лежа сбить меня ударами по ногам. Но мне удалось вовремя убирать свои конечности. На вставании Валера принял от меня удар в голову, но рассчитался мощным ударом в корпус.



Во время кумитэ у меня пошла кровь из небольшой царапины. К концу сдачи все спарринг-партнеры и я сам были как после кровавой битвы. И это несмотря на то, что царапина была залеплена пластырем. Вид был прямо героический.

Самой большой неожиданностью для меня было увеличение числа боев с шести и восьми. На шестой бой я настроился как на завершающий. Как ни странно, силы на седьмой и восьмой откуда-то взялись. Скорее всего, от небольшой паузы, пока лепился пластырь на кровоточащий палец.

Бой против двух соперников закончился быстро. Я его тоже не ожидал. Нанес пару встречных ударов Андрею, потом он меня повязал по рукам, а Валера методично добил. Спасибо, что удары только обозначались. А то я уже не встал бы.

К вечеру выше локтя до середины плеча и ниже – до кисти, у меня проступил почти сплошной синяк. Обе кисти заметно увеличились а размере и тоже посинели. Левая бровь слегка заплыла. Оба бедра основательно отбиты. Корпус, несмотря на много принятых ударов, оказался более или менее цел. Может, завтра ребра будут побаливать.

В общем, настроение хорошее. До дома дошел на своих ногах. Впечатлений немало, чтобы помнить о них долго. Ну и коричневый пояс в сумке греет мне душу.

Сдача на «черный пояс»

Вступление в клуб «черных поясов» досталось мне недешево. Пальчики с некоторым затруднением еще бегают по клавиатуре, а вот кисти в таком состоянии, что самостоятельно застегнуть пуговицы мне будет трудно еще несколько дней.

Цена вопроса. Чтобы пройти путь до «черного пояса», мне пришлось без перерывов заниматься почти 9 лет подряд. Если не считать еще 4 года юношеских занятий самбо, вольной борьбой и дзю-до и заполнения последующего промежутка бегом на длинные дистанции (пусть и с немалыми перерывами). Это цена стратегическая.

Тактическая цена (сегодняшнего дня) – сильно травмированное запястье (наверное, придется сделать рентген) и вдрызг разбитый правый кулак, ставший большой красно-синей клешней. И по мелочи: подбитые колени и локти, подвернутая стопа, крупная шишка на затылке, гематома за левым ухом (куда пришелся Валерин маваши), отпечатки чьих-то кулаков на корпусе…

Ката. На этот раз я что-то быстро начал уставать. Но в целом заряд энергии был вполне достаточный. Это позволило пережить первое изумление при исполнении хангецу, где положено подвергаться испытанию на устойчивость и сносить удары сэнсэя. Михаил Николаевич первый же удар нанес так, что большой палец его ноги чуть не застрял у меня в солнечном сплетении, где сходятся реберные дуги. Может быть какой-то рудиментный киль, выступающий в этом месте спас меня? Не знаю, но удар был хорош. После него все остальные казались совершенно незаметными.

Один раз подвела концентрация: в мозгу мелькнула какая-то левая мысль (вроде того, как это будет выглядеть с мечом), и ритм исполнения сбился. Что и было сразу отмечено сэнсэем. Пришлось бассай-дай делать еще раз. В конце испытания, когда все тело уже просило пощады, а кулак был весь в крови, бассай пришлось делать в третий раз. Тут уже руки слушались плохо, поскольку плотно сжать кулаки не было никакой возможности.

Тамэшивари. Это упражнение меня чуть не подломило. Доска-«сороковка» показалась мне не совсем приспособленной для разбивания. Достаточно сухая, но узкая – 30х20. Надо было попадать точно. Но я запыхался, и поэтому в момент удара несколько подсел, отчего удар пришелся низко. Но доске образовалась вмятина от кентоса, и только. Вторая попытка была более успешная, но все равно не пришлась в центр. На доске появилась пара отпечатков от двух ударных костяшек. Кулак был разбит и на глазах посинел.

Можно ли вообще разбить эту доску? Она была положена на две лавочки и я разнес ее пяткой. На этот раз удар был точен.

Попытка разбить пластиковую доску окончательно добила мой кулак. Обычно эта доска разлеталась у меня легко, а на прошлой сдаче еще и с

подкладкой второй доски. На этот раз бить пришлось с оборотной стороны. Вероятно, это не предусмотрено технологией изготовления. Доска не раскололась. Потом энтузиасты пробовали ее разбить «свежим» кулаком. Не получилось. Пластик выпятился горбом: с одной стороны он поддавался без особого труда, а со второй – ни в какую. В обычном положении доски я разбил ее локтем левой руки, поскольку правая была уже за пределами кондиции.

Кихон. Прошел незаметно в силу короткости. Фактически дело ограничилось демонстрацией трех боевых связок-«коронок» (токуи-ваза) и упражнением маэ-еко-уширо одной ногой несколько раз подряд.

Иппон-кумитэ. Ответ одиночной контратакой на одиночную атаку. Я еще был довольно свеж, и боль в кулаке меня еще не беспокоила. Это упражнение прошло без особых проблем.

Бункай. Если в прошлый раз в запарке я с трудом мог понять, что от меня хотят, то теперь голова оказалось вполне ясной (что потом было пресечено в кумитэ). Варианты бункай для эмпи и тэкки-шодан, комбинации еко-уракен-удар локтем. Некоторые заминки были, но в целом мне показалось, что все прошло нормально. А потом моя «коронка» - бункай с мечом. В данном случае для бассай-дай. Задуманные накануне модификации получились без запинок.

Кумитэ. На этот раз поединков было даже меньше, чем в прошлый раз, но для меня они были беспрецедентны по жестокости. Не потому, что противники старались нанести мне максимальный ущерб, а потому, что квалификация их и моя выросла, и остановить атаку противника или добиться эффективной атаки теперь можно только достаточно жесткими методами. Обозначающих ударов было немало, но они составляли фон для тех, которые проходили достаточно жестко.

В этот раз как-то особенно резко пошла бросковая техника. При этом множество потенциальных бросков не прошло. Я не раз ловил ноги противников, наносящие удары. Но возросший опыт давал им возможность сопротивляться, и я стал просто бросать схваченную ногу и лепить удары рукой в корпус. Мне отвечали тем же.

Сколько было удачных бросков у меня и у соперников точно сказать не могу. Помню, что Андрей раз зашел на заднюю подножку, а секунду ловил равновесие и пытался его бросить контр-движением, но он все же меня завалил. В другой раз я-таки провел контр-бросок, провернувшись с захватом руки на плечо и в падении отправил Андрея на пол. При этом он упал на бок неудобно, а мне удалось вскочить и показать хорошее добивание.

С Валерой я пропустил движение, которое было скорее не броском, а выведением из равновесия. В результате я оказался в самом дурном положении: противник сидит у меня на животе и добивает. Хотя я тут же прижал голову к его корпусу (как это делают в боях без правил, когда попадают в такую ситуацию) и нанес удары в сторону его головы, но вряд ли я смог бы в такой позиции долго сопротивляться. Нас подняли в стойку. Второй раз моя попытка бросить Валеру передней подножкой перешла в

попытку меня придушить. Не знаю как, но от удушения мне удалось уйти. Собственно, мне потом сказали, что было удушение, и я обнаружил, что нижняя часть горла болит. А в бою даже не заметил, что попытка удушить меня вообще была.

Валера на этот раз щадил меня, нечасто проводя свои чудовищные маваши. Пару раз он показал удары в голову, но у меня только слегка съехала налобная повязка. То ли Валера не бил в полную силу, то ли я еще реагировал на его удары. Скорее всего, и то, и другое. Но после того как я на встречных движениях сначала подбил Валере глаз, потом попал в контакт в губу и, наконец, нечаянно залепил ему в подбородок своим затылком, он рассвирепел. И тогда ударил маваши в полную силу.



Нокдаунов у меня никогда не было. Вот тут появился опыт. Я упал, потом пару секунд стоял на колене, а в бою еще секунд двадцать был близок к состоянию «грогги». Пока я стоял на колене, сэнсэй сказал что-то ласковое. Вроде: «Можем на этом закончить». В этом случае экзамен я бы провалил. У меня не было ни минуты сомнения в том, чтобы продолжать биться.

Из состояния полупрострации меня вывела другая – более острая боль. Блокируя очередную маваши (или маэ) Валеры и намереваясь захватить ногу, я неудачно подставил ладонь, и удар вывернул кисть в тыльную сторону. Левая рука на какое-то время пришла в полную негодность. В боевом состоянии остался разве что локоть. Потом в ту же кисть мне прилетел другой удар (уже не помню от кого). Боль очистила мозги от тумана.

Финал и апофеоз – схватка с двумя соперниками. Из последних сил я метался между моими партнерами, пока они не зажали меня в захватах, пытаясь уронить на пол. Я упорно не давался, да и они мешали друг другу. В конце концов, я оперся на Валеру и каким-то чудом провел бросок, от которого Андрей рухнул как подкошенный. Зато стальные руки Валеры сжали меня в тиски и оторвали от опоры. Я еще пытался за что-то зацепиться, но был брошен на пол, и как на грех страховаться пришлось левой рукой. Как раз в этот момент (я, кажется, еще был в воздухе) прозвучала команда, завершающая бой. Я лежал на полу, и в глазах у меня было темно от боли в кисти. Поднялся только с помощью партнеров.

Надо сказать, что к завершению боев все мы были перепачканы кровью. В одном из боев от удара с моего разбитого правого кулака сорвалась кожа, и кровь потекла струйками. Отчего после каждого моего удара на белом кимоно партнеров оставались кровавые следы. Брызги крови летели во все стороны. И долетели даже до кимоно сэнсэя. Но это не означало, что серию кумитэ можно прервать. Мы в крови, пол в кровавых пятнах… Жуть!

Самооборона. На закуску мне пришлось фактически одной рукой показать способности отражать удары ножом. Спасибо Косте, что он наносил удары не слишком рьяно. Правда, я забыл, что он левша, и пришлось на ходу подстраиваться под удары ножом с необычной стороны. Тут мне хорошо помогли недобитые ноги, которыми я аккуратно наносил удары после блокирующих нож действий.

О боли

Ребенок исследует мир через боль. Первая развилка в становлении личности: отказаться от исследования или продолжить его, используя приобретенный опыт. Страх боли без знания ее причин останавливает творчество и создает пассивную личность. Страсть к исследованию означает приобретение нового опыта через новую боль. Опыт позволяет предвкушать боль и рисковать, минимизируя ущерб. Без опыта боли здравый расчет риска невозможен. Без него человек может оказаться незащищенным перед угрозой, аналоги которой он должен был бы исследовать в детском возрасте.

Вторая развилка в становлении личности происходит через труд, означающий почти постоянную боль, постоянное страдание. Для одного это – жизненная обуза, которой надо избежать. Для другого боль отступает перед радостью творчества и удовлетворения от результата труда. Боль возрастает, но перерастает в нечто противоположное: из страдания рождается торжество духа. Или же боль отступает вместе с уклонением от труда. Отсюда аморализм, преступность, тунеядство.

Спортивный опыт: тренировки всегда приносят боль. Либо боль преодолевается, и тогда человек выходит на новый уровень мастерства, организм перестраивается, и боль становится уже не страданием, а признаком выполненной работы. Обратный тип реакции на боль: поиск способов ее сократить. И тогда – отказ от того, что приносит боль. И – физическая деградация. Иногда – через поиск безболезненного удовольствия: пьянство, наркомания, разврат. И непременная расплата, которую уже не отвести никакими удовольствиями: болезни духа и тела.

Уровень рассудочности дает еще одну развилку. Безумное отношение к боли может сделать из человека инвалида. Представляя свое страдание, как нечто героическое, человек превращается в мазохиста, а потом в развалину. И тогда уже не боль, а функциональные изменения в организме прекращают его активность. Умное отношение к боли означает, что ее переживание не должно быть самоцелью. Целью является результат жизни, а не боль. Тогда боль – лишь сигнал, что задача выполнялась со значительным, предельно допустимым напряжением.

Традиционное каратэ предполагает низкий уровень травматизма. Спортивного «агона» здесь нет, соревнований, где сталкиваются самолюбия, тоже нет. Большинство мощных ударов приходится на макивары и предметы для разбивания. Все это позволяет заниматься каратэ с юных лет до старости. Чего нет и не может быть в тех единоборствах, где присутствует спортивный компонент. Там начало занятий в 18 лет уже «бесперспективно». К этому времени будущему чемпиону надо обладать уже высоким уровнем подготовки, а главное – решить посвятить именно спорту всю свою жизнь, рискуя здоровьем и не думая о том, что будет после завершения спортивной карьеры.

В каратэ травмы чаще всего бывают от собственных ошибок или от ошибок партнеров. Ничего не поделать: даже мастер не каждый прием проведет с достаточным контролем. А некоторые приемы трудно довести до совершенства. Например, подсечку. Падающему надо уметь падать, роняющему – страховать. И при этом не превращать отработку приема в балет.

Мелкие травмы – в основном синяки – дело для каратэ обычное. И к ним надо привыкнуть. Значительно труднее привыкнуть к травмам, которые возникают в зрелом возрасте и являются следствием тех ошибок, которые совершены еще в юности. Главные «болевые точки» - колеи и поясница. О «тонких местах» своего организма надо знать и беречься, чтобы не пропускать тренировки из-за очередного растяжения или ущемления. Чаще всего, правильная техника исключает травму колена или поясницы. А ошибки обходятся дорого. С возрастом ошибки в технике обходятся все тяжелее.

Есть еще одно болевое переживание – боль в мышцах после тренировки, которая свидетельствует о прохождение в нагрузках определенного порога. Бывает, что на следующий день после тренировки все тело болит и недомогает. Снять эту боль нетрудно, если заставить себя вновь нагрузиться, хотя бы легко – размять мышцы и суставы.

Боль – плата за владение своим телом, и тот сдержанный восторг, которые согревает душу «одетую» в хорошо тренированное тело. Хорошо почувствовать этот восторг, тренируясь на природе. Свежий воздух, запах трав, холодная вечерняя роса и мощные движения ката – и ты чувствуешь себя частью окружающего мира, который ты – пусть самую малость – вращаешь вокруг себя.

О ярости

Однажды я поймал себя на ощущении, что в момент опасности к исполнению подходит лавина техник. Как будто хочешь высказаться сразу сотней слов. Мне не доводилось (и уже очень давно) приходить в такую ярость, чтобы все это выплеснуть наружу. В конце концов, ведь достаточно того самого прямого удара кулаком, чтобы результат был достигнут: Но вот это ощущение наплыва - как будто прямо теперь разорвешь противника на части - имелось. Слава Богу, имелся и повод подавить эти страсти. Мне

кажется, что в каждом, кто несколько лет занимался каратэ, есть готовые к боевому применению техники. Лишь бы к этому была готова и психика.

От бесконтактных упражнений мы легко переходим к очень контактным ударам по макиваре. Что так же легко мы не можем перейти к битию по лицу реального врага, должно быть понятно и прочувствовано. Но это проблема все-таки психологическая.

В детстве меня до ярости довел крупный парень, который считал, что по габаритам совершенно не уязвим. У меня ни силенок, ни техники тогда не было. Но «двойки» хватило с гарантией – противник был повержен. Внутреннее кипение сложилось в правильное и мощное приложение усилия, хотя практики в ударной технике у меня к тому моменты практически не было. Технически правильное действие образовалось само собой – почерпнутое из каких-то невольно полученных уроков. Может быть, от просмотра боксерских поединков по телевизору.

О драке

Драка – это реальный уличный бой, который может возникнуть в любое время и в любом месте (пусть и с разной вероятностью). И кто к бою не готов, будет унижен и ограблен, а то и убит. И это уже не драка, а избиение – либо безответное, либо «за явным преимуществом». Правда, кто готов к бою, тоже может быть унижен – например, получив воздаяние либо от сильного соперника, либо от правоохранительной системы, усмотревшей в действиях стритфайтера преступление.

Общая позитивная установка для жизни – уметь драться, но не драться. Или драться лишь в исключительных случаях, когда драки невозможно избежать. Лучший способ избежать драки – реже бывать там, где драки происходят. Ночные клубы и темные подворотни – не место для приличного человека. Но драки возникают и в других местах – даже на борту самолетов, летящих за облаками.

Лучшая драка - это отсутствие драки. Лучше избежать драки, чем победить в ней. Если не избежать, то лучше, разумеется, победить. Но и поражения не надо бояться. Есть ситуации, когда биться надо, а победить невозможно.

Надо понимать, что драка – дело «творческое». В ней нет привычных сценариев и условностей, которые обязательны на тренировках, в спаррингах, на соревнованиях. Сколь ни жестоки могут быть правила спортивных единоборств, правила драки состоит в том, что правил нет. И каждый сам решает для себя вопрос, как и чем обезвредить противника и что считать критерием его обезвреживания.

Драка - дело жестокое. Удары в пах и в другие чувствительные точки могут решить вопрос о том, кто выйдет из ситуации на своих ногах. «Запрещенный прием» может прекратить драку с минимальным ущербом для обеих сторон. Поэтому в боевых искусствах надо эти приемы осваивать. В том числе и обращение с подручные средства. Даже карандаш может стать грозным оружием. При этом его необязательно втыкать в глаз противнику, чтобы потом оплачивать его инвалидность. Достаточно карандашом

проткнуть плечо или щеку – от этого ущерб будет минимально достаточным, чтобы прекратить агрессию против себя.

В драке трусость – это готовность быть избитым, боязнь оказать сопротивление. Но уход от драки любыми методами – это не трусость. Лучшее оружие против ножа - быстрый бег, и в бегстве от ножа нет ничего постыдного. Безоружному бежать от ножа, пистолета, танка – поведение правильное. Убежавший может вооружиться не хуже противника, и в другой раз встретить его при равенстве или даже перевесе сил в свою пользу. Труп или калека уже ничего не противопоставит тому, кто уже до начала драки обеспечил себе решающее преимущество.

Если убежать невозможно, то в дело годится любой подручный предмет, который может хорошо войти в глазницу противника, пробить ему трахею или проломить висок. Но это в самом крайнем случае – когда есть угроза жизни. А в ситуации, когда силы равны или преимущество на нашей стороне, лучше меры ограниченного воздействия – режущие удары ножом по рукам, удар нунчаку по плечу или конечности и так далее. Это эффективная оборона. А без веской причины брать на себя причинение смерти - последнее и постыдное дело.

Самооборона от человека с ножом

Имитация и жизнь

Демонстрации техник защиты против ножа порой сопровождаются некоторым лукавством исполнителей. Они часто походят на цирковой номер, в котором оба участника представления давно знают друг друга и помогают эффектному проведению приемов. Это допустимо, поскольку публика в основном этого и ждет. Театрализация призвана пробудить интерес и привести к мастерам новых учеников.

Применение демонстрационных техник в жизни возможно только в случае, если нож в руках противника используется с эффективностью пьяного, размахивающего ножом без сноровки и без цели убийственного действия. Реальный удар ножом не даст изготовиться к его театральному парированию. Такой удар будет проводиться с минимальной дистанции и по возможности внезапно. Против внезапного удара приемов не существует.

Но представим все же, что нож был замечен, и между нападающим и обороняющимся возникла дистанция. Если нападающий хладнокровен, то вероятность его победить и сохранить себе жизнь близка к нулю. Он не будет наносить ударов в корпус с дистанции. С дистанции он постарается травмировать руки обороняющегося. Он не станет наносить колющие удары, предпочитая режущие. Колющим будет только добивающий удар. Он применит трудно парируемые удары в голову – те, что труднее фиксируются глазом и имеют сильное травмирующее действие даже при легких попаданиях. А также будет наносить удары сериями, применять обманные движения, будет стремиться ограничить движение обороняющегося захватами. Против этого арсенала необходимы средства обороны, которые используют убийственные удары с эффективностью, приближенной к удару ножом.

В любом случае вступать в бой безоружным против вооруженного противника стоит, если нет иного выхода (вас загнали в угол, вы физически не можете бежать или надо защищать того, кто не может убежать). В прочих ситуациях лучше рассчитывать на свои спринтерские способности. Если, угрожая ножом, просят всего лишь кошелек – стоит отдать его, потому что даже очень тугой кошелек не стоит жизни или опасных ран. Если, угрожая ножом, пытаются отнять честь – другое дело. За честь можно рискнуть многим, даже жизнью.

Мы рассматриваем ситуации, когда приходится применять средства самообороны. Инструкции по спринтерскому бегу не входят в наши задачи. Также мы оставим за пределами рассмотрения ситуации, когда ножу можно противопоставить какие-нибудь подсобные предметы, случайно оказавшиеся под рукой. Очевидно, что при обороне от противника с ножом, первым же решением должен быть поиск быстрого вооружения любым предметом. Даже карандаш может стать грозным оружием, если нападающий с ножом получит им удар в горло.

Ниже все варианты защиты даются при ударе ножом правой рукой. При ударе левой рукой все действия повторяются зеркально.

Шокирующие удары и болевые приемы

Угроза или атака ножом полностью оправдывает самые свирепые оборонительные действия безоружного человека. К этим действиям надо быть готовым и уметь точно наносить удары, которые мы называем «шокирующими», а также проводить болевые приемы, которые не столько блокируют действия противника (как в спортивных состязаниях), сколько наносят ему реальные травмы.

К шокирующим ударам относятся следующие:

- *удар кулаком* – пробивание «костяшками» указательного и среднего пальца грудины, живота, плавающих ребер, виска, челюсти, носа. Преимущество удара кулаком – в простоте и наибольшей наработанности при обучении боевым искусствам или спортивной ударной технике;

- *удар «ипонкен»* - выдвинутым сгибом указательного или среднего пальца, усиленного сжатым кулаком. Могут использоваться те же цели, что и при ударе «костяшками» кулака. Удар также может наноситься в глаз (ослепляющее действие плюс болевой шок), в горло (прекращение дыхания противника), в боковую поверхность носовой кости (болевой шок плюс сильное кровотечение), в солнечное сплетение. Многие из этих ударов могут быть не только шокирующими, но и смертельными;

- то же – удар сгибом большого пальца, усиленного кулаком («неправильно» сжатый кулак). В этом случае проводится круговой удар в височную кость. При достаточной отработке этот удар может быть смертельным;

- *удар «хайто»* - внутренним ребром ладони при поджатом к ладони большом пальце. Наиболее эффективны рубящие удары в горло, а также в пах;

- *удар «шуто»* - внешним ребром ладони – в горло, по шее, в сустав;

- *удар «тохо»* - внутренним ребром ладони при отогнутом пальце, образующим захват. Этот удар используется при ударе в горло с возможным последующим захватом. Эффективность удара связана с тем, что большой и указательный пальцы образуют широкий хват, необходимый на случай недостаточной точности удара, связанной с движением противника. Даже если противник успевает пригнуть подбородок к груди, за ударом может следовать продавливание, а также использование захвата за горло пальцами;

- *удар «нукитэ»* - кончиками пальцев плотно сжатых «лодочкой» или «дощечкой». Удар направлен в горло (прямо или сбоку), но может использоваться и для удара в глаз и солнечное сплетение (в последнем случае требуется особая точность удара и тренированность пальцев), а также в пах и по связкам руки противника, держащей нож. В последнем случае удар можно наносить в плечевой или локтевой сустав с расчетом на повреждение или разрыв связок.

- *удар «эмпи»,* локтем согнутой руки. Боковой удар может шокировать противника при попадании в корпус (ломаются ребра или разрываются внутренние органы), голову (нокаутирующий удар, если противник согнулся). Удар снизу вверх может быть нанесен в подбородок и нокаутировать противника. Удар по суставу руки также травмирует противника – в особенности, когда наносится в локтевой сгиб разогнутой руки. Но даже если такой удар попадает по мышцам, он выключает конечность противника. Удар в зависимости от ситуации может наноситься как снаружи внутрь, так и изнутри наружу, как снизу вверх, так и сверху вниз. Ударной поверхностью может быть острие локтя или близкие к нему участки выше и ниже по руке.

- *удар «хиза»,* коленом. Может наноситься в корпус или по суставу руки с нанесением ущерба противнику, подобного тому, что происходит от удара «эмпи»;

- *удар «маэ-гери».* Наносится в пах подъемом стопы или подушечкой подошвы под пальцами. В первом случае удар восходящий (снизу вверх и вперед), во втором – нисходящий из позиции с высоко поднятым коленом (сверху вниз и вперед, за противника). В обуви удар может наноситься мыском ботинка или каблуком по восходящей траектории или же подошвой – по нисходящей траектории (скользящий удар, разрывающий ткани паха противника). Ребро подошвы ботинка может стать ударной поверхностью при нанесении удара в голень ноги противника изнутри – где удар по незащищенной мышцами кости будет чрезвычайно болезненным.

Могут использоваться также и другие удары – сгибом кисти (в висок), верхней частью предплечья (в шейный отдел), собранными в пучок пальцами (в глаз, корпус или в сустав), ладонью (в нос снизу вверх – с разрывающим действием), «медвежьей лапой» (согнутые и напряженные пальцы при ударе ладонью попадают в различные части лица – большой палец в глаз, средний – за ухо, мизинец – в горло под ухом, создавая возможность последующего плотного захвата за челюсть с давлением большого пальца на глазное яблоко) и т.д.

Удары должны наноситься в промежутках между фиксирующими действиями и облегчать их проведение. Удар может упредить движение противника, а последующий захват и болевой прием прекратить все его дальнейшие действия. Удар может последовать вслед за блоком и захватом. Тогда удерживающее или болевое действие последует за приведением противника в состояние шока.

Удар и блок, удар и захват могут производиться одновременно. В особенности такие действия будут успешны, если противник не уверен в себе и еще психологически не втянулся в сценарий «хищник-жертва», предполагающим с его стороны решительное нападение.

Болевые приемы в технике обороны от человека с ножом отличаются по смыслу от тех, которые применяются в спортивных единоборствах. Болевой прием должен создавать такое же шокирующее действие, как и удар. Он должен быть по возможности амплитудным и резким – ведущим к

реальной травме. В отличие от спортивных правил, в реальном бою необходимо доведение болевого приема до конца – до болевого шока, разрыва связок, перелома костей. Это необходимо, если в бою против вооруженного противника мы стремимся сохранить свою жизнь.

В силу большого разнообразия ударной техники, ниже приводятся скорее схемы движения, завершенные болевым приемом. Вся схема может сопровождаться разного рода ударной техникой, которая также зависит от положения противника – его тела и рук при попытке достигнуть своих целей вопреки действиям обороняющегося.

Целью противодействия человеку с ножом является не болевой прием, а разрушение его замысла нанести тяжелую травму или убить. Результатом противодействия должно быть обездвижение противника. Если это удалось ударом, то болевой прием уже не нужен. Если болевой прием сорван, затормозил оборонительные действия, его надо немедленно прекратить и перейти вновь к ударной технике. Болевой прием может служить завершением комбинации – определенной гарантией, что нападение окончательно нейтрализовано.

Некоторые принципы

Общие принципы противодействия человеку с ножом во многом совпадают с принципами, известными в боевых искусствах.

Серьезное отношение к противнику. Внешне слабый противник в состоянии аффекта, в ярости может быть крайне опасен. Недопустимо легкомысленное отношение к малорослому противнику. Как раз от такого противника может последовать очень сложный для отражения удар снизу или серия очень быстрых ударов, крайне сложных для парирования.

Упреждение. Как только в конфликтной ситуации замечен нож, надо использовать первый же момент, чтобы «выключить» противника еще до того, как он воспользуется оружием. Не надо ждать момента, когда он перейдет к стадии угроз или приступит к атакующим действиям.

Опережение и проваливание. Там, где противник рассчитывает на пустоту (например, считая, что может свободно замахнуться рукой с ножом), он должен встретить препятствие. Например, руку с ножом можно захватить еще при замахе. Или нанести шокирующий удар, который остановит противника раньше, чем он закончил замах. Там, где противник ожидает встретить препятствие, он должен найти пустоту. Ожидая, что воткнет нож в тело жертвы, он должен провалиться в пустоту и при этом потерять равновесие и сам стать жертвой. Эти принципы известны в айкидо как ирими и тэнкан.

Малые усилия с большими последствиями. Даже очень сильный удар можно отвести небольшим усилием, перенаправив его в пустоту. Сильно помешать движениям вооруженной руки можно, захватив ее за рукав одежды даже одним пальцем.

Мягкое и жесткое. Чтобы разрушить действия противника, не всегда стоит с ним меряться физической силой. Например, как часто показывают в художественных фильмах, потенциальный убийца, оседлав жертву в положении лежа, пытается воткнуть нож ей в глаз, а жертва удерживает руку с ножом. Ясно, что убийца скорее постарается вырвать захваченную руку и нанести удар, скажем, в корпус. А жертва, если уж удалось перехватить занесенную руку, желая выжить, тут же провернет корпус и пропустит удар мимо своего лица, одновременно сбрасывая «седока» в сторону от себя. Захваченная рука с ножом может удерживаться не жестко (от такого хвата легко освободиться рывком), а мягко – на вырывание руки следует последовать за ней. Этот принцип («жестко-мягко») отражен в названии одного из видов боевого искусства – годзю-рю.

Контроль и фиксация. Вооруженная рука должна быть по возможности лишена свободного движения – то есть, зафиксирована (скажем, прижиманием ее к своему телу) или ее движение контролируется путем захвата и ответных действий захватившей руки на любое движение руки с ножом (удерживание, перенаправление движения противника).

Рычаг. Нападающий, нанося удар, должен выпрямить руку хотя бы частично. Противодействие нападению должно быть связано с возможным дальнейшим распрямлением этой руки. Руки обороняющегося, осуществляющие захваты, должны быть возможно ближе к телу. Таким образом создается преимущество в рычаге.

Концентрация усилий. Двумя руками проще вывернуть одну руку, кисть с ножом – усилиями двух кистей. Болевой прием на палец противника, осуществляемый усилиями кисти (например, «отламывание» пальца, захваченного в кулак или давление ладонью на неосторожно отставленный палец) с большой вероятностью будет успешным. Движение корпусом усилит любое действие против захваченной руки противника.

Жертва («сутэми»). Поскольку при смертельной схватке важно, кто останется жить после нее, то ради победы и ради последующей жизни можно пойти на жертву. Например, захватить нож за лезвие, рискуя лишиться пальцев руки. При удачном захвате такой риск можно свести к минимуму – если усилие вырывания ножа будут направлены поперек плоскости лезвия, которое сжимается между двух плоскостей, образуемых ладонью и пальцами – так, чтобы режущая кромка приходилась напротив сгиба пальцев. В этом случае режущее действие потребует преодоления трения о две поверхности, созданные захватом. При прочном и точном захвате это вызовет большие затруднения и даст время для других действий против человека с ножом. Готовность к смертельной схватке означает избавление от невольной психологической установки «как бы не порезаться» и воспитание настроя «порезаться правильно» и с минимальным ущербом для себя.

Добивание. Против вооруженного ножом противника нужны не останавливающие, а добивающие действия. Даже если внешне противник не выглядит серьезным, вооруженный ножом (или, скажем, заточкой), он может нанести смертельный удар. Поэтому противодействие вооруженному

человеку должно проводиться до полного исключения нападения с его стороны.

Угрозы ножом

Криминальная ситуация может сводиться к тому, что нож является преимущественно средством угрозы. При выполнении условий нападающего, он не намерен сразу убивать или наносить травму. Или же вообще не намерен переходить грань между грабежом и разбоем – то есть, лишь пугает ножом, склоняя жертву к покорности.

В самом простом случае нож демонстрируется на дистанции. В этом случае есть широкий выбор действий – от взаимной угрозы, скажем, «розочкой» от подвернувшейся под руку бутылки, до тестирования соперника на глубину его порочности молчаливым ожиданием более опасных действий (что, конечно, более рискованно).

Страшным для обывателя и опасным даже для мастера боевых искусств будет угроза ножом, когда нож касается тела.

1.1. Нож приставлен острием к животу или груди. Самый простой и наименее опасный вариант угрозы. Если сзади есть пространство, то всегда можно отпрянуть, разорвав дистанцию. Но даже если такого пространства нет (скажем, спина упирается в стену), разворот корпуса обратит нож в пустоту и даст шанс провести оборонительные действия.



Схема движения: разворот корпуса, после которого следуют активные действия против человека с ножом.

Статичность позиции противника также дает неплохие условия для ответных действий. Развернув корпус и отводя руку с ножом от своего корпуса (или, напротив, прижимая ее так, чтобы ее невозможно было занести для удара или совершить режущее действие), можно нанести *шокирующий удар*.

1.1.1. Поддаваясь давлению острия, пропустить нож мимо своего тела разворачивая корпус влево и захватывая кисть с ножом левой (вариант –

правой) рукой и прижимая ее к своему корпусу. Обратным движением корпуса, согнуть кисть противника, упираясь корпусом в тыльную плоскость кисти и плоскость ножа, а другой рукой нанести шокирующий удар. Даже если кисть противника напряжена и не сгибается, плотное прижатие ее к своему телу лишает противника возможности нанести колющий удар, а опасность режущего действия сводит к минимуму.

1.1.2. Поддаваясь давлению острия пропустить нож мимо своего тела, разворачивая корпус влево и захватывая кисть с ножом левой рукой сверху. Правая рука тут же подводится под руку противника снизу. Большие пальцы упираются в тыльную часть кисти противника. Обратное движение корпуса совмещается с выкручиванием руки противника влево от себя с травмированием его кисти. Шокирующие удары наносятся ногами. При достаточном выкручивании кисти противника также правой рукой, которая может уже не укреплять захват левой рукой. Может быть нанесен удар коленом снизу в локтевой сустав противника.

Как вариант: вместо занимающего много времени разворота корпуса использовать отклон с одновременным захватом кисти.



Отклонение корпуса, захват и выворачивание кисти, удар коленом в локтевой сгиб для усиления движения.

Если рука противника оказалась сильнее, чем ожидалось, и он успел ее закрепостить, сократить дистанцию или усилить другой рукой, то выкручивание его руки может быть обращено в обратную сторону. Корпус вновь разворачивается левой стороной к противнику, его рука вытягивается вдоль корпуса обороняющегося, кисть выворачивается ладонью к корпусу обороняющегося и оказывается давление (по возможности резкое, рывковое) на локтевой сустав. Локтевой сустав противника в этом случае может быть загружен всем весом тела обороняющегося, которое наваливается на локоть, а предплечье тем временем поднимается (вырывается) вверх.



Зашаг, вытягивание руки вверх, обхват руки предплечьем, излом локтевого сустава.

После первого рывка при недостаточном эффекте можно нанести удар «эмпи» или «хиза» в локтевой сустав. При неудачном проведении данной фазы болевого приема, можно вновь вернуться к изначальной схеме выкручивания руки и вновь создать условия для шокирующего удара рукой или ногой.

1.1.3. Если нож размещен плоскостью горизонтально, то левой рукой снизу отвести плоскость ножа от тела - отклоняя верхнюю часть туловища и ребром левой ладони отгораживая кисть противника от тела, а потом разворачивая свою кисть ладонью от себя (пальцами горизонтально вправо) оказать давление на тыльную сторону кисти противника. Правой рукой воздействовать на предплечье (или кистевой сгиб) руки с ножом, заставляя ее согнуться, перенаправить нож в противника или за его плечо с выворачиванием кисти и плечевого сустава. Сокращенная дистанция создает

условия для удара «эмпи» в живот или голову. Шокирующие удары можно наносить на всех фазах сопротивления противника. Левая рука фиксирует руку противника с ножом, правая руки и ноги наносят удары.



Отклон корпуса, отведение ножа от тела, излом кисти и суставов руки. Может дополняться задней подножкой, а также изменением направления скручивания по диагонали за плечо противника.

Если дожать болевой прием не удается (в данном случае он не слишком эффективен), можно использовать напряжение сопротивления противника и

неожиданно разогнуть его руку, выворачивая кисть влево от себя левой рукой, а правой нанося шокирующие удары.

1.2. Нож присталeн к горлу сбоку (режущей поверхностью под вашим левым ухом). Опасность угрозы в том, что режущее движение противника возникает при любой попытке сопротивления. Следовательно, первая задача – либо плотно зафиксировать руку противника, прижав ее к себе и препятствуя режущему движению, либо каким-либо способом прервать контакт с лезвием ножа. Оба варианта предполагают контроль руки с ножом и нанесение шокирующих ударов противнику.

1.2.1. Захватить левой рукой кисть противника и, поворачиваясь правым плечом вперед, прижать ее плотно к своему телу в области ключицы или ниже, стремясь при этом разворачивать кисть противника ладонью вверх. Правая рука в согнутом положении проносится над рукой с ножом, затем, опускается с разгибанием и круговым движением снизу вверх. Резкое давление в область локтя и предплечья противника снизу вверх создаст болевой эффект, побуждающий повернуться спиной к вам. При достаточной резкости будут травмированы связки кисти и локтя противника. Дальнейшее круговое движение рукой, усиленное движением корпуса, опрокинет противника.



Фиксация кисти противника левой рукой, занесения правой руки через руку с ножом, излом руки.

Шокирующий удар может быть нанесен вместе с фиксацией руки противника (ипонкен в лицо), при развороте тела (ногой по внутренней части правого колена противника) и при добивании.

1.2.2. Отклоняясь и отводя назад правое плечо, тыльной стороной правой ладони отвести кисть с ножом от себя. Левая рука может фиксировать локоть противника. Затем, разворачивая правую кисть, перехватить кисть с ножом, захватывая ее с тыльной стороны кисти (как в варианте, когда нож приставлен к груди) – пальцы кисти противника разворачиваются вверх. Далее разворот кисти с ножом в сторону противника. При сопротивлении дальнейшему сгибанию руки с ножом ребром левой ладони нанести удар в сгиб руки противника и резким движением направить нож в его сторону.



Отведение ножа правой и левой рукой с последующим выворачиванием руки и атакой ногой

Шокирующий удар может быть нанесен ногой в момент фиксации руки противника, что упростит дельнейшее исполнение приема.

Вариант того же движения: отведение кисти противника тыльной стороной левой ладони. В этом случае локоть придется поднять до уровня плеча. Далее – либо перехват кисти противника правой рукой и переход к базовому варианту, либо захват кисти противника левой кистью и скручивание ее влево от себя, стремясь при этом максимально разогнуть руку противника. Шокирующие удары – правой рукой в голову, в сгиб руки с ножом и другие.

1.2.3. Кистевым сгибом левой руки плотно прижать руку противника к груди и прокатить ее по кисти противника изнутри наружу, выворачивая

горизонтальным движением ладонью вверх. Далее скручивание кисти и шокирующие удары как в предшествующем варианте.



«Прокатывание» кисти противника по своей груди с выворачиванием.

1.3. Нож приставлен к горлу с обхватом рукой сзади (противник сзади). Чрезвычайно опасное положение – лезвие прямо у жизненно важных органов, а отклониться возможности нет. Сопротивление почти бесполезно. На любое движение сопротивления можно получить смертельный рез. В такое положение лучше не попадать. И все же…

1.3.1. Резкий наклон головы с прижиманием подбородком кисти противника к своей груди. Так мы затрудняем возможность нанести проникающее ранение. Одновременно – фиксация кисти противника левой рукой. Одновременно же – поднять правую руку, поднимая локоть охвативший руки противника. Тем самым снижается возможность режущего движения.



Прижимание кисти противника подбородком, подбивание локтя руки с ножом правой рукой и фиксация ее левой, нырок под руку противника, заход за спину.

Далее, сгибаясь «провалиться» спиной под правую руку с ножом – между рукой и телом противника. Освободившееся сзади пространство позволяет отстраниться от лезвия ножа, а захваченная рука противника заломлена. Затем – нанесение шокирующих ударов – правой рукой в локоть противника (локтем или кулаком), стопой – под колено, разворачивая противника головой к себе – коленом в голову и т.д.

1.3.2. Если охват руки с ножом оказался с некоторым избытком – лезвие оказывается под вашим левым ухом. Левая кисть фиксирует руку с ножом, правая ударом ладонью в локоть противника проталкивает его влево. Таким образом лезвие ножа удаляется от горла. Затем «проваливание» за спину противника как в предыдущем варианте.



Проталкивание локтя противника, захват кисти, нырок под руку, выворачивание руки с ножом, выведение противника из равновесия.

1.4. *Нож приставлен острием к спине сзади*. Редкий вариант. Он не решает проблему напугать. Поэтому эффект испуга, скорее всего, будет создаваться болевым ощущением – лезвие достанет до тела сквозь одежду. Для противодействия необходим разворот тела. Давление ножа приведет к проскальзыванию его вдоль тела после разворота. Для предотвращения травмы можно слегка отбить руку с ножом предплечьем. Но так, чтобы ее можно было фиксировать отбивающей рукой или другой рукой. После захвата руки противника – весь набор скручиваний и шокирующих ударов.



Схема отбивания ножа со спины. Отбив с одновременной атакой.

Вариант – после отбива ножа фиксация руки с ножом другой рукой в кистевом сгибе. Затем выворачивание руки как в вариантах 4.2.1. и 4.1.2.

Удары ножом и их отражение

2.1. Удар-укол в корпус. Нож прямым хватом (лезвие со стороны большого пальца). Такой удар наиболее прост для парирования, если наносится с дистанции. Сложность состоит в угадывании уровня, в который наносится удар.



Схема отведения колющего удара – разворот корпуса и образование предплечьем поверхности скольжения. Затем верхняя рука используется для контроля руки с ножом в области кисти, нижняя ее дополняет или наносит шокирующий удар.

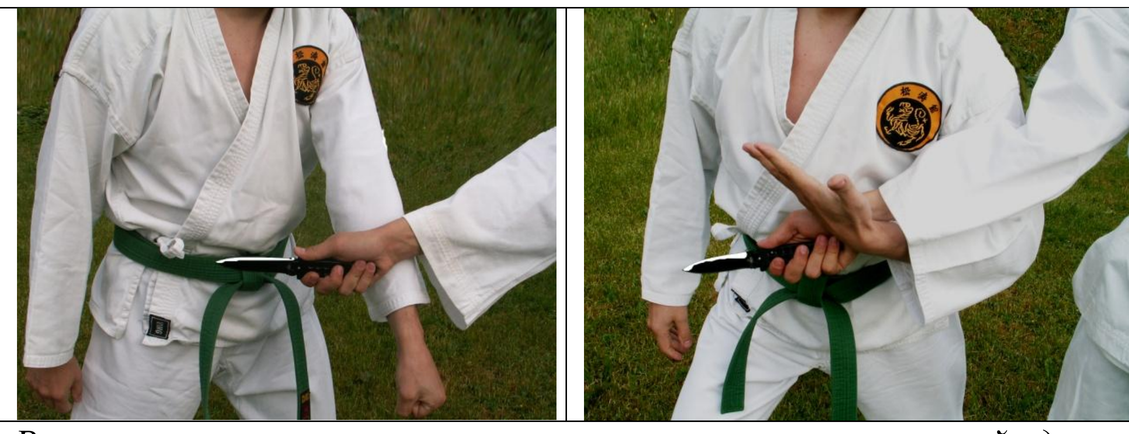
2.1.1. У обороняющегося есть время и возможность отвести такой удар своим предплечьем или ладонью с одновременным уходом с линии атаки – либо одноименной рукой (изнутри наружу) с разворотом левым плечом назад, либо разноименной рукой (снаружи внутрь) с разворотом правого плеча назад и выходом за «габариты» движения корпуса противника. Оба варианта могут сопровождаться одновременным шокирующим ударом.



Два варианта отведения колющего удара с одновременной атакой головы противника.

2.1.2. Уход «за габариты» при ударе в область живота может быть продолжен несколько иначе – за счет дальнейшего «проваливания» противника при уходе с разворотом правого плеча назад. Рука с ножом проскальзывает вдоль тела. В этот момент по распрямленной руке с ножом

наносится удар блокирующей рукой. При этом левая рука, сгибаясь в локте, наносит удар одновременно ребром ладони в кисть с ножом (прижимая его плоскостью к корпусу) и предплечьем – в локтевой сустав. Ломающее воздействие заставит противника выронить нож. Этот прием выглядит эффектно, но достаточно опасен, поскольку его эффектность возникает только в случае достаточного распрямления руки противника, а также при условии, что он не намеревался (или не успевает) свой промах компенсировать возвратным режущим движением.



Разворот корпуса с «проваливанием» противника, ломающий удар в кисть и локтевой сустав.

2.1.3. Более эффектным продолжением отводящего блока левой рукой может быть захват ее в области кистевого сустава правой рукой сверху, а левой снизу. (Это удобнее сделать после отводящего блока правой ладонью). Даже если противник успел среагировать и начал вырывать свою руку, это ему будет сделать крайне сложно, поскольку она удерживается двумя руками. Кроме того, сразу возникает продолжение приема выкручиванием руки с ножом нырком под правую руку противника с проворачиванием корпуса (и захваченной руки) против часовой стрелки. В завершающей стадии приема обороняющийся оказывается за спиной противника, а рука с ножом вывернута – при желании с травмированием суставов.



Захват руки с ножом, вырывание и распрямление руки нырок под руку с выворачиванием.

2.1.4. Обратное по направлению движение после захвата руки с ножом обеими руками продолжит дальнейшее «проваливание противника». При этом удобнее захватить кистевой сустав противника левой рукой сверху (особенно после отводящего блока левой ладонью), а правой рукой снизу. Бьющая рука противника должна быть распрямлена рывком с одновременным скручиванием. Локтевой сгиб обороняющегося должен охватить локтевой сустав распрямленной руки с ножом сверху, а кисти – провести скручивающее движение. Давление на локтевой сустав может при этом носить характер удара – захваченная кисть рывком поднимается вверх, а локтевой сустав резким давлением подмышечной областью или предплечьем опускается вниз. При этом ломающее движение может подкрепляться весом всего тела, которое резко опускается вниз. Тот же

вариант самообороны может быть применен с ударом коленом в локтевой сустав захваченной руки с ножом.



Отход в такт движения противника (шаг левой ногой назад). Захват руки с «проваливанием» (шаг правой ногой назад), выворачивание руки с ножом. Давление на локтевой сустав.

2.1.5. Еще одно продолжение предполагает прекращение «проваливания» противника (например, в ответ на его реакцию – обратное движение и сопротивление захвату). В этом случае необходимо одновременно скрутить кисть с ножом и усилить скручивание разворотом корпуса движением, обратным начальному – то есть, отведением назад левого плеча. После опрокидывания противника навзничь (за счет болевого воздействия на кистевой сустав) руку следует удержать и применить шокирующие удары, которые в данном случае могут быть проведены ногами. Захваченная рука может быть травмирована перегибанием локтевого сустава через подставленное колено (удобнее – через правое).


Переход от проваливания к скручиванию, излом локтя противника через колено.

2.1.6. Обратное движение руки с ножом можно сопроводить перенаправлением ножа в корпус противника. Для этого следует после отводящего блока левой рукой захватить правой кистью кулак, заживающий нож. После достаточного распрямления руки противника ребром ладони левой руки нанести удар в локтевой сгиб, а правой рукой развернуть кисть противника и нож по направлению к его телу.


Отведение руки с ножом, перехват, перенаправление ножа с воздействием на локтевой сгиб.



Перенаправление ножа с шокирующим ударом в голову и ударом локтем в локтевой сгиб противника.

2.1.7. Отведение правой ладонью руки с ножом позволяет захватить предплечье правой рукой сверху, левой – снизу. Уход с линии атаки разворотом левого плеча назад (или правого – вперед). Поднимая руку с ножом вверх, зашагнуть правой ногой назад, разворачивая корпус правым плечом назад и одновременно опуская захваченную руку и скручивая ее с давлением на локоть подмышечной областью с усилением всем телом.



Стандартный перехват руки с ножом и выворачивание руки с воздействием на локтевой сгиб.

2.2.Удар сверху. Нож обратным хватом (лезвие со стороны мизинца).

Удар сверху в общем случае наиболее эффективно парируется путем создания препятствий руке с ножом в области локтя. Торможение руки с ножом за счет такого препятствия создает условия для нанесения шокирующих ударов. Если давление руки противника достаточно мощное, контроль локтя позволит уйти влево от линии атаки и направить нож вправо от себя, разворачивая противника к себе спиной. Если противник оказался достаточно расслабленным, можно продолжать оказывать давление на его локоть, также разворачивая его к себе спиной и отводя руку с ножом вперед и вправо от себя. Оба варианта создают условия для нанесения противнику шокирующих ударов.



Два варианта контроля локтя противника – с проваливанием и с упреждением.

При контроле локтя противник может использовать уловку – разворачиваясь под давлением на локоть изменить траекторию удара и перевести его в горизонтальную плоскость, направляя нож в правый бок

обороняющегося. Такой прием парируется мягким блоком (от жесткого блока удара сверху вниз рука противник может отразиться или соскользнуть) и продолжением контроля локтя до нижней части траектории опускающейся руки. Далее захват левой ладонью правого предплечья (с ножом) позволит распрямить руку с движением влево от себя со скручиванием руки противника и упиранием плоскости ножа в свое предплечье, что обеспечит вырывание ножа из кисти противника, а также снова развернет его лицом к обороняющемуся и создаст условия для нанесения шокирующих ударов.

2.2.1. Поймать предплечье руки с ножом остановив его ребром ладони правой руки (пальцы ладони направлены влево), захватить кистью Левую руку завести за правое плечо противника, захватить свою руку за предплечье в замок. Ломая руку, опрокинуть противника навзничь. Целесообразно одновременно с захватом руки нанести шокирующий удар в лицо.



Замок с блоком правой рукой.

5.2.2. Аналогичный вариант с блоком левой рукой (пальцы ладони направлены вправо). При остановке левой ладонью рука противника подается несколько влево. Правая рука пропускается под плечом руки с ножом и захватывает собственную левую руку в замок. Излом руки и болевые ощущения в локтевом и плечевом сгибе заставят противника опрокинуться. Опасность данного и предыдущего вариантов защиты в том, что не предусматривается уход с линии атаки.



Замок с блоком левой рукой.

2.2.3. При вялом ударе сверху - плотный перехват предплечья противника левой ладонью и тормозящее действия с продолжением движения руки противника с некоторым отклонением от прежней траектории влево от себя и скручиванием предплечья. При этом плоскость ножа упирается в предплечье обороняющегося, что при дальнейшем опускании

захваченной руки приводит к вырыванию ножа. Резкое опускание захваченной руки создаст нужный болевой эффект и обезоружит противника.



Выворачивание ножа давлением предплечья на плоскость лезвия.

2.2.4. Вариант упреждающего перехвата руки с ножом левой ладонью с продолжением траектории ее опускания влево от себя может быть усилен разворотом корпуса под руку противника и опусканием вывернутого вниз локтевого сустава на плечо. Правая рука при этом усиливает давление вниз на левое предплечье противника. При этом плечо поднимается вверх, создавая излом для локтевого сустава противника.



Излом руки противника через плечо.

2.2.5. Тот же вариант разворота спиной к противнику может быть трансформирован в болевой прием на локоть. Рука противника отводится с блоком правой рукой в стороны и опускается примерно до уровня плеча. С разворотом корпуса против часовой стрелки правая рука охватывает сверху распрямляемую руку противника и создает подпорку под вывернутым вниз локтем руки с ножом. Правой рукой производится захват удерживающей кисть противника руки в замок. Локтевой сустав противника оказывается на изломе.



Излом руки противника через предплечье с захватом в замок.

2.2.6. Поймать и захватить предплечье руки с ножом левой ладонью (большой палец справа, остальные пальцы – слева). Опуская руку противника по прежней траектории уйти с линии атаки влево, разворачивая правое плечо назад, заводя локоть своей руки над локтем руки с ножом, выворачивая руку и плотно обхватывая ее под мышкой и локтем. Ладонь руки противника выворачивается пальцами вверх, предплечье после опускания до уровня пояса удерживается, а плечо опускается за счет давления на него подмышечной областью и всем телом.

5.2.7. Контроль локтя противника на замахе. Левая ладонь подпирает локоть руки с ножом, не давая ей опуститься. Правая рука захватывает ее вблизи кистевого сустава. Затем с зашагом влево (правое плечо отводится) рука с ножом при контроле обеими руками опускается с распрямлением за счет давление левой рукой на локтевой сустав и выворачиванием предплечья и кисти пальцами вверх. Опускание руки происходит до касания руки противника земли тыльной стороной ладони и прижимания к земле локтевого сгиба противника. В этом положении можно зафиксировать руку с ножом коленом в области локтя или выше. Противник оказывается в таком положении беспомощным.



Упреждающий контроль локтя, выворачивание руки с ножом и удар локтем в сустав.
Два первых кадра показывают раздельно два компонента одновременного движения.







Варианты травмирования локтевого сустава и шокирующих ударов. Шаг вперед правой ногой, контроль локтя коленом.

2.2.8. В том случае, если скрутить руку противника вправо от себя с воздействием на локоть не удается (по аналогии с переходом 5.1.4. 5.1.5. и обратно), следует вновь зашагнуть левой ногой назад и развернуть корпус, а захваченную руку противника вывернуть через верх влево от себя. При возможности – воздействовать на кисть с ножом.

2.3. Удар снизу вверх в область живота. Наиболее опасный удар с короткой дистанции – на краю поля зрения, крайне жестокий по области воздействия.

С длинной и средней дистанции парирование такого удара мало чем отличается от парирования колющего удара. Со средней дистанции возможен либо уход с линии атаки (диагональный шаг вперед или назад, влево или вправо) и отведение руки ладонью. Все продолжение – как от колющего удара в корпус. С ближней дистанции времени хватит только на остановку удара, прекращающего движение руки противника вверх. Удар останавливается ударом ладони с почти полным выпрямлением руки. Поскольку останавливающий удар-блок ладонью наносится сверху, им можно будет остановить даже очень сильный удар противника. Уйти на более длинную дистанцию в этом случае невозможно. Поэтому блок сопровождается отклонением средней части корпуса. При этом останавливающий удар должен быть достаточно мощным, чтобы удар ножа не прошел в верхнюю или среднюю часть корпуса.



Блокирование удара с вариантами ухода с линии атаки и контроля руки с ножом. Возможен вариант с минимальным смещением корпуса, но более сильным отведением ладонью руки с ножом с одновременным ее захватом.

Данный удар опасен возможностью смены траектории и перенаправления его в бок или даже в спину. В этом случае блокирование левой рукой затруднительно. Жесткий блок предплечьем может «провалиться» в локтевой сгиб руки с ножом или наткнуться на лезвие. Такой удар блокируется правой ладонью с разворотом левой части корпуса назад.

После захвата руки с ножом все действия – по аналогии с действиями против удара-укола в корпус.

2.4.Режущие и рубящие удары. Такие удары опасны фатальностью наносимых ранений. Даже если такой удар не является точным, он наносит значительные повреждения. Сложность защиты в том, что при нанесении таких ударов легко меняется траектория (скажем, с горизонтальной на диагональную).

Для парирования подобных ударов надо учитывать, что при обратном хвате дистанция атаки укорачивается. Рука с ножом останется полусогнутой. Остановить такой удар при горизонтальной траектории достаточно сложно. Но его просто перенаправить, подбив ладонью локоть противника вверх. При этом локоть противника надо контролировать, чтобы не получить удар возвратным движением. Можно также уйти от такого удара отклоном корпуса или блоком ладонью с дальнейшим стандартным выворачиванием руки.





Подбив руки, наносящей режущий удар обратным хватом. Атака ногой в подколенный сгиб.

Режущие удары прямым хватом могут наноситься с длинной дистанции, но при этом противнику придется разгибать руку с ножом, которая блокируется способами, указанными выше.



Схема блокирования режущих ударов

В данном случае срабатывает общий принцип: если виден локтевой сустав руки с ножом, он и блокируется левой ладонью с отведением направо; если виден локтевой сгиб, то блокируется предплечье руки с ножом с останавливающим действием правой ладонью с уводом корпуса и отведением ножа налево. Если рука противника поднята вверх для диагонального удара сверху и слева от обороняющегося (при прямом хвате), то удар отводится либо блокированием предплечья левой рукой (как от удара сверху), либо ладонью правой руки с отведением корпуса, либо левой рукой на опережение осуществляется контроль локтя.

2.5. Удары с захватом. Опасны тем, что упущенное время может стоить жизни. Если противник успел не только захватить обороняющегося за одежду, но и притянуть к себе, то при этом удар будет нанесен с ближней дистанции и при контроле корпуса обороняющегося. Таким образом, удар очень сложно парировать и от него не так просто уклоняться разворотом корпуса.



Вариант блокирования удара с захватом за одежду. Уход от удара в сторону захватившей руки. Не отпуская кисти противника – охват его руки сверху локтевым сгибом и излом с подключением левой руки. После ухода обеспечение дальнейшего движения шокирующим ударом свободной левой руки и ногами.

Следовательно, необходимо избегать захвата, отбивая или атакуя руку противника без ножа, или, если захват состоялся, максимально затруднять приближение противника. Последнее может происходить либо болевым приемом на захватившую кисть, либо шокирующим ударом, упреждающим действия противника (например, ногой). Движения корпуса должны усложнять противнику нанесение удара. Для этого следует разворачиваться, заходя ему за спину со стороны руки без ножа и затруднять разворот корпуса противника, который приближает руку с ножом к обороняющемуся.



Упреждение удара атакой на захватившую руку. Противник не может нанести удар, поскольку ему мешает его же распрямленная рука и длинная дистанция.





Вариант защиты со средней дистанции. Уход с линии атаки в сторону захватившей руки противника. Затем обратное движение с движением рук, разрывающим захват с одновременным переводом руки с ножом на излом.



Два варианта упреждения удара сверху с короткой дистанции – контроль локтя и контроль предплечья





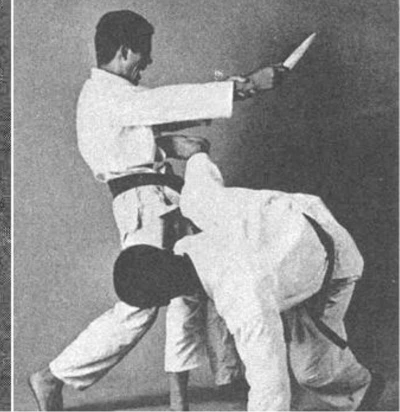
Парирование удара сверху с захватом – упреждающий блок, «проваливание», бросок. Корпус разворачивается в сторону захватившей руки противника.

Как не надо делать

Когда самооборона становится в рамках какого-либо боевого стиля ничтожным факультативом, стремление к изяществу приемов может увести от правды жизни. В замечательно изданной книге основателя стиля кёкусинкай Масутацу Ояма «Классическое каратэ» приводится пять приемов против человека, вооруженного ножом. Все они крайне опасны для обороняющегося, и могут эффективно применяться только в случае определенной модернизации.



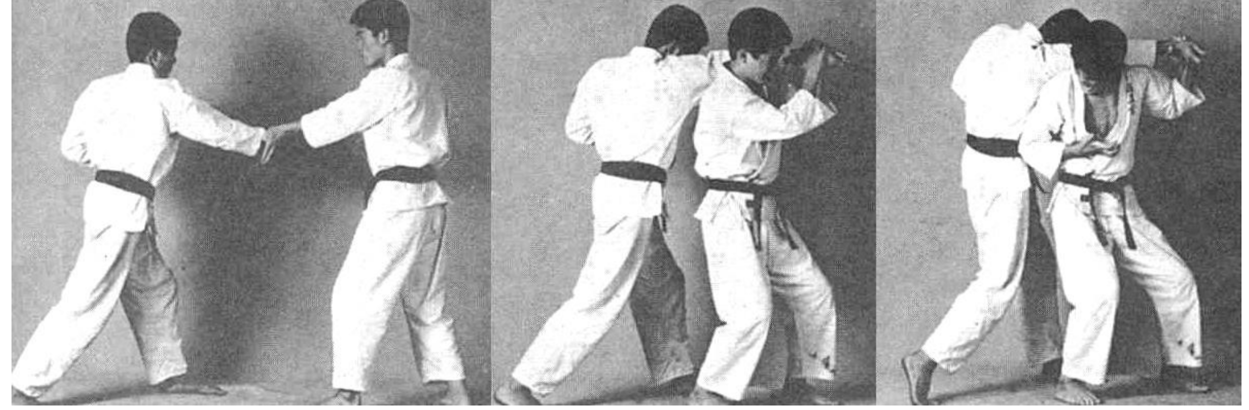




Вероятно, данный прием происходит из арсенала приемов самообороны от меча – тяжелого инерционного оружия. Удар двумя руками ножом наносится очень редко, в основном для освобождения от захвата. Прямой удар в голову или грудь требует значительно меньше времени, чем уклон с опорой на руки и удар ногой. Точно угадать траекторию ножа и допускать нанесение удара без контроля, значит, в данном случае с хорошей вероятностью получить удар ножом в печень. Если удар будет наноситься с возвратным движением, то ударная нога обороняющегося будет наверняка жестоко травмирована. Умелый боец удар ногой снизу блокирует левой рукой, а оказавшегося в неудобной позе противника просто добьет.

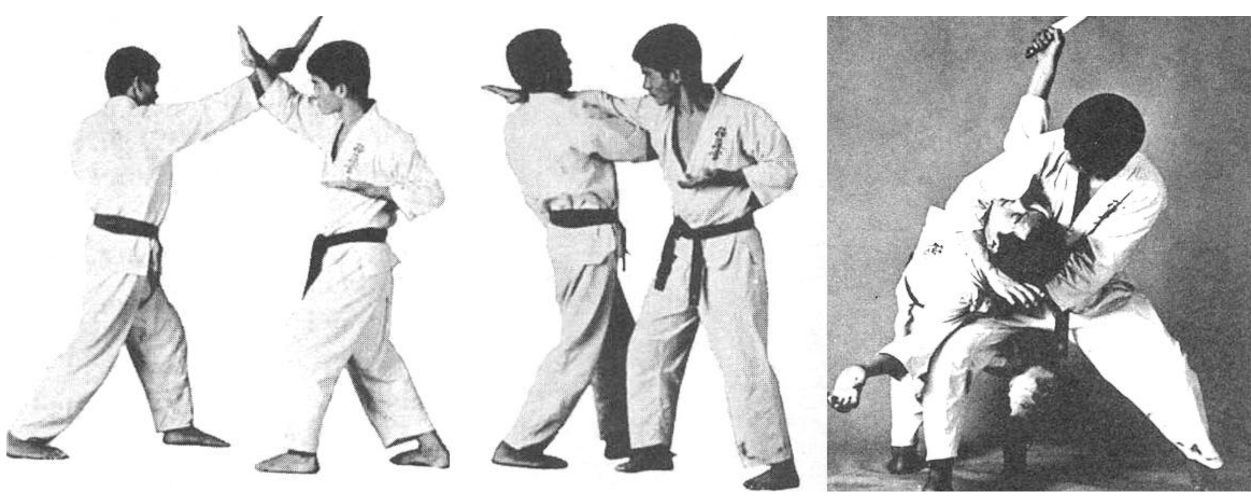
Модернизация данного приема требует контроля руки с ножом, нанесение удара ногой лишь с небольшим отклонением и без опоры на руки. Потребность в ударе ногой с опорой на руки может возникнуть только в случае схватки с несколькими противниками. Тем не менее, и в этом случае лучше найти опору, захватив рукав противника и «повиснув» на нем.





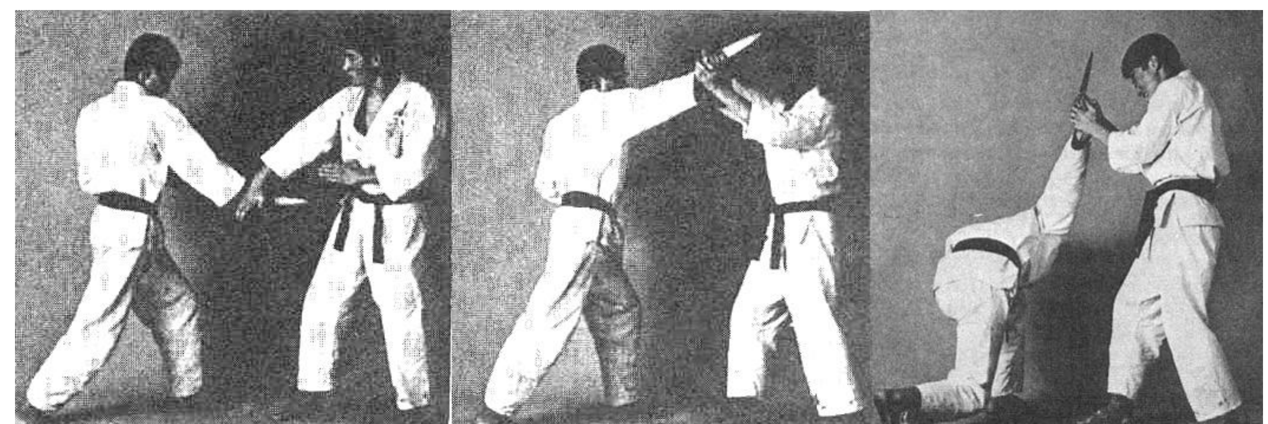
Излом руки на плечо с уходом не внутрь, а наружу (за «габариты» противника) чреват тем, что до конца не распрямленная рука с ножом не будет травмирована, а у нападающего открыто пространство для прохода вперед и разворота к обороняющемуся лицом для новой атаки. Удар локтем можно считать лишним, если стремительность приема уже привела к тому, что рука нападающего сломана в локте.

Модернизация приема требует вместо удара локтем продолжить вращение корпуса с выворачиванием руки с ножом и разворотом лицом к противнику с подъемом руки с ножом вверх влево от себя (с последующим нырком под руку и заходом за спину противника). Это позволит восполнить неудачу, если локоть противника соскользнет с плеча обороняющегося или нападающий успеет согнуть руку и не даст ее на излом, а также создаст условия для нанесения ударов ногами и других продолжений контр-атаки.



Удар блокирующей рукой в горло должен быть смертельным. Только в этом случае прием имеет смысл. В противном случае рука с ножом остается без контроля и может вспороть правый бок обороняющегося при возвратном движении. Если противник еще способен к сопротивлению, будучи захвачен за горло сзади, то он нанесет удар ножом в голову. Последний рисунок демонстрирует не только возможность для обороняющегося сломать шею или позвоночник нападающему, но и возможность нападающего нанести удар ножом. Начальная фаза приема показывает невозможность нанести удар точно – противник может легко среагировать и опустить подбородок, а также прикрыть горло свободной левой рукой.

Модернизация приема предполагает сохранение контроля за рукой с ножом и удержание ее блокирующей рукой. Шокирующий удар может последовать в область суставов руки с ножом, ногой в пах или подколенный сгиб. Вариант захвата, ломающего шею, может возникнуть после удара левой рукой в висок (после чего противни естественно отклонит голову в сторону – то движение, которое как раз помешает провести удар в горло, изображенный на картинке). Продолжение траектории удара позволит охватить горло противника локтевым сгибом со стороны лица и повалить его навзничь. При этом рука с ножом надежно блокирована.



Показанный на картинке прием предполагает вход влево с линии атаки. (Простой «гедан-бараи» опасен, поскольку возвратное движение ножа может стать роковым). При этом блок правой рукой требует последующего захвата с разворачиванием кисти своей руки в неестественное положение – большим пальцем к себе. Уход влево приводит к тому, что такое выворачивание лишит

захват прочности. Подключение левой руки в данном случае возможно лишь когда рука противника уже в значительной мере вывернута. Подключить ее на ранней стадии приема невозможно, поскольку рука с ножом находится слишком далеко (отклонена вправо), а захват кистевого сгиба руки с ножом должен происходить снизу.

Модернизация приема возможна только сменой направления ухода с линии атаки и направления отклонения ножа – не вправо, а влево от себя. Тогда блок и захват руки противника правой рукой будут естественными, подключение левой руки – свободным.



Блок скрещенными руками порочен - он лишает возможности уйти с линии атаки, а также опасен ранением кистей рук о лезвие ножа. Приходится выбирать между риском насадить блокирующие руки на нож и риском встретить атаку недостаточно точно и жестко (и тогда нож может достигнуть цели).

Если кто-то попытается воспроизвести данный прием, сразу поймет, что положение рук, когда левая в блоке оказывается сверху, крайне неудобно. Именно на нее приходится главная нагрузка по выворачиванию руки с ножом. Правая рука при этом выключена как из блока, так и из контратаки. Обе руки после блока должны перехватывать руку противника, что несовместимо с быстрым и надежным движением.

Модернизация приема состоит в раздельном использовании блокирующих рук. Сначала блок левой рукой с уходом с линии атаки влево. Потом начало выворачивания руки с ножом с подключением правой руки и зашагом вправо – в позицию второго рисунка. При этом правая рука для блока не используется, а играет основную роль в выворачивании руки с ножом – осуществляет захват кисти снизу (при этом левая рука остается сверху – как она была при блоке).

Некоторые дополнительные замечания

Тренируя навыки самообороны от ножа, необходимо формировать модельные ситуации из нескольких последовательных действий обороняющегося и нападающего.

Одна из моделей выглядит так. От прямого удара ножом в корпус (для определенности – правой рукой) – уход с линии атаки влево, захват левой рукой кисти противника с ножом (пальцы поверх запястья, большой палец под запястьем), удар правой ладонью в кисть противника (чтобы кисть резко пригнулась к предплечью, отчего произойдет естественное разжимание кулака и нож выпадет). При неудаче (нож из руки не выбит): отвлекающий удар правой ногой по ноге противника, подключение к захвату руки с ножом правой руки и переход на болевой – залом кисти изнутри наружу обеими руками. При неудаче (противник начинает сгибать руку к себе, уменьшает рычаг и не дает выполнить болевой прием): использовать движение противника, тянущего руку с ножом к себе, и двумя руками произвести режущее движение в области горла. При неудаче (противник напряг руку, подключил к удержанию ножа вторую руку и начал отодвигать нож от своего горла): отвлекающий удар ногой по ноге противника (или в пах), ослабление противодействующего усилия противника разгибанием его рук на себя (удлинение рычага рук противника и уменьшение рычага собственных рук) и нанесение удара ножом в область корпуса противника, используя для этого общее движение рук и собственного корпуса.

Подобные модели проведения последовательных действий после неудачи с проведением исходного приема позволяют отработать варианты противодействия человеку с ножом в сложных ситуациях.

Поделюсь одним изобретенным мной приемом, который может быть применен как против руки с ножом, так и против пустой руки, которую удалось захватить.

Обычное дело – болевой на кисть в стойке, когда рука противника захватывается разноименной рукой обратным хватом (локоть к локтю противника, уход с линии атаки изнутри наружу) и сворачивается изнутри наружу. Правая рука будет в этом случае ведущей для болевого на левую руку, левая – на правую. Другая рука вспомогательная – она может начать движение и поддержать его в завершающей фазе, но отдельно прием одноименной рукой (правая на правую и левая на левую) обычно не проходит или проходит только против очень слабого противника.

А что если получился захват, скажем, правой руки за правую кисть противника обычным и самым естественным хватом? То есть, как всегда и хватают – когда большой и средний пальцы кольцом охватывают кистевой сустав противника, а ладонь обращена к ладони противника.

Из такой позиции есть прием айкидо: нырок под локоть снаружи внутрь с переносом локтя захваченной руки над головой. Естественно, здесь на помощь правой руке, осуществившей захват правой руки противника, должна прийти левая рука – две руки против одной руки. Сложный и

красивый в демонстрационном исполнении прием.. Но его просто остановить, если противник согнет захваченную руку в локте. Это естественная реакция: захватили за руку – рывок на себя за счет сгибания локтя. При этом кисть обращена ладонью к себе. Рычаг для воздействия на захваченную руку сокращается, и нырнуть под руку противника уже невозможно.

Также происходит и освобождение от захвата – захваченная кисть подтягивается к груди. При этом захват приходится отпустить, а если удерживать, то локоть естественным образом поднимается вверх и захват все равно ослабляется и его легко разорвать.

Теперь представим это оборонительное движение противника и продолжим его, не отпуская захвата за кисть. Чтобы захват не расслабился, придется согнуть собственный локоть и поднять его. И что же? Оказывается, локоть очень точно летит в голову противника. Но мало этого, - с его кистью происходит нечто неожиданное. Если проносить локоть дальше – над рукой противника, то его кисть ломается, как и при обычном болевом изнутри наружу (только захват теперь иной – когда предплечье противника образует с собственным предплечьем прямую линию, пока дело не дойдет до залома). Совершенно естественно этот прием поддерживает и другая рука, которая подпирает локоть противника или соединяется с ведущей рукой в замок.

Движение оказывается быстрым и естественным. Например: рывок за руку на себя и тут же сближение с противником вместе с его ответным действием – обратным рывком. Локтем он получает в голову. А если даже и не получает, то с проносом локтя мимо его лица получается прекрасный болевой прием.

Наверняка это кем-то уже было открыто. Потому что биомеханика одна на все времена и во всех боевых искусствах. Но мне было очень любопытно открыть для себя такой прием, которого никогда ранее не встречал.

Как мы видим, тренировка защиты от ножа дает общие навыки самообороны. В реальной ситуации защита от ножа возможна лишь в случае достаточно вялой атаки или угрозы. Обученный ножевому бою противник даже при невысокой квалификации победит безоружного мастера единоборств в девяти случаях из десяти. Самооборона эффективна, если противник не ставит себе задачи убийства. Убийца просто подойдет сзади и воткнет нож в область печени. И никакого поединка не будет. Также крайне тяжело сопротивляться яростной атаке противника, который с большой скоростью проводит удары в разные уровни. Или, напротив, хладнокровно режущими ударами выводит из строя руки обороняющегося.

Тесты, проведенные среди американских полицейских, показали, что неожиданная атака ножом с трех шагов (испытуемые не были осведомлены) даже если нападающий кричит, не дает шансов оказать ему сопротивление. Большинство прошедших тест даже не поняли, что произошло, получив имитационные удары, которые в реальной ситуации были бы смертельными. Из 85 полицейских только один смог эффективно защититься. В условиях готовности к нападению (не известно было лишь от кого и в какой момент

оно последует, но полицейский находился в состоянии готовности) при дистанции 4 м. ни один полицейский не успевал выхватить пистолет. С дистанции 5 м. это смогли сделать всего несколько человек.

Опытный боец не наносит удары сверху (большое время замаха), удар-укол (легко парируется). Нож будет выхвачен внезапно, а нападение будет сопровождаться не только атакой ножом, но и другими действиями – не менее опасными боевыми приемами и ударами. Тем не менее, эффективная защита от ножа в ряде «бытовых» ситуаций вполне возможна. Большинство владельцев ножей не обладает боевым опытом или вообще никогда не пользовалось ножом с целью нападения. Их атаки можно эффективно отражать. Но и против опытного противника тренировка навыков самообороны заметно повышает шансы на выживание.

Коротко об основах ножевого боя

Один уличный политик сильно обиделся на меня, когда я поставил под сомнение его квалификацию ножевика. Действительно, глянув на его «уроки», я увидел полную несостоятельность: попытку придумать из себя мастера боевых искусств. Никакой квалификации я не увидел вообще. Разве что отдаленные попытки продемонстрировать фехтование наподобие того, что показывают рапиристы. И множество всяких нелепых глупостей.

Принципы ножевого боя очень много должны взять из подготовки бойца к бою без оружия. Дистанция, стремительность в нанесении удара, блокирующие действия… Можно сказать, что подготовленный кулачный боец не затратит много времени, чтобы освоить ножевой бой на достаточно высоком уровне.

В ножевом бое многое основано на психологии. Вряд ли стоит ожидать, что в реальной ситуации, когда нож извлечен на свет, схватка будет продолжаться дольше нескольких секунд. И в эти секунды решается, кому жить, а кому умереть. И это ключевой момент. Все, что отработано до автоматизма, может стать спасительным инструментом, даже если прежние наработки вообще не были связаны с ножевым боем. А всякие глупости, которые преподают самозваные «учителя», прямой дорогой поведут на тот свет.

Нож в руках человека создает особый субъект – это чувствует как владелец ножа, так и любой наблюдатель. Подобный эффект не возникает при владении другими видами оружия – в них может распознаваться некая театральность, ненатуральность потенциальной угрозы или явная ее неадекватность. Безоружный человек яснее всего понимает значение для него противника с ножом. Вероятно, этот психологический момент связан с архаичностью ножа как древнейшего вида оружия. Режущая кромка любого компактного предмета может превращать его в оружие. Человеческая цивилизация начиналась именно с этого – использования природных колюще-режущих предметов или создания искусственных предметов с режущими кромками.

Еще одно качества ножа связано с тем, что это оружие является общедоступным и трудно контролируемым – его несложно постоянно иметь при себе и носить скрытно. Таким образом, в любой критической ситуации нож может стать единственным оружием самообороны или нападения.

Моя политическая практика знает случай, когда вторгшуюся в нашу штаб-квартиру банду в полтора десятка человек (с травматическим оружием и кастетами) остановил вид двух извлеченных из ножен клинков. Вооруженные ребятишки стремительно ретировались. Потому что интуитивно поняли: это еще не все ножи, могут появиться и другие. А также почувствовали, что травматическое оружие имеет иссякаемый боезапас, а нож всегда готов к употреблению.

Как и любое оружие, нож предполагает возможность убийства. По виду негуманный, кажущийся зверским хладнокровный анализ наиболее эффективного причинения вреда противнику с помощью ножа оказывается только профессиональной подачей материала, рекомендующего воспитание бойца. Разумеется, обратная трансформация текущих установок также является обязательной. Из состояния смертельной схватки боец должен выйти и вернуться к нормальной жизни, не становясь угрозой для ближних, не имеющих агрессивных намерений. В этой связи для ножевого фехтовальщика важно понимание грани между боевой и гражданской диспозицией – между условиями, в которых убийство является возможным и даже необходимым, и условиями, в которых уничтожение лица, проявившего агрессивность, является тяжким преступлением. Это требует от мастера ножевого боя владения иными средствами, которые не потребуют от него при защите своей чести применения навыков нанесения противнику смертельных ран. Именно поэтому методика тренировок, предполагает серьезную общую физическую подготовку и овладение приемами рукопашного боя. Ножевой бой является более высокой стадией освоения боевого искусства, требующей также и большей ответственности от бойца.

Иллюзия обычного владельца ножа состоит в том, что нож сам по себе создает дополнительный «аргумент» в любом опасном противостоянии. В действительности, демонстрация оружия делает применение аналогичного (или даже более мощного) оружия со стороны противника оправданным как с точки зрения права, так и с точки зрения морали. Владелец ножа как минимум должен быть готов к тому, что в конфликте он может сойтись с тем, кто также имеет при себе нож. Соответственно, владение ножом означает как психологическую подготовку, так и навыки ведения ножевого боя против вооруженного противника. Демонстрация ножа с целью устрашения скорее изобличает неуверенность владельца оружия. Доставший нож должен быть готов к смертельной схватке и стремиться к такой схватке, решая поставленные перед собой задачи. Обнажающий нож без нужды рискует попасть в ситуацию смертельной схватки, к которой он психологически не готов.

Методика тренировки применения ножа должна сочетаться с другими элементами рукопашной схватки. Поверхностное освоение искусства

ножевого боя сковывает бойца, лишая его возможностей проведения иных приемов и вспомогательных действий, не связанных непосредственно с ножом и пригодных к применению без ножа, которые делают применения ножа действительно эффективным. Сочетание с фехтованием ножом ударной и бросковой техники, понимание влияние положения корпуса и смен хвата ножа (переводы из прямого в обратный хват и наоборот, перевод ножа из одной руки в другую, работа с двумя ножами и др.) превращают боевой навык в искусство.

Важно понимание ножевого боя как смертельной схватки. Жесткая рациональность должна сообщить такое поведение в бою, которое обеспечит максимальный шансы выживания и избавит от ошибок, когда поверженный противник, получивший смертельное ранение, успевает также нанести смертельный удар. В связи с этим приходится обращаться к темам, связанным с эффективностью поражения жизненно важных органов человеческого тела и последствиями, контроль за которыми боец должен проследить не только в течение нескольких секунд после своего завершающего удара, но иногда и нескольких минут. Адекватная оценка эффективности поражения противника и его способности к сопротивлению может в ключевой момент спасти жизнь бойца.

Боевое фехтование ножом – это не занятие спортом, не хобби. Это профессия – основанная или дополнительная. Спортивные состязания могут служить элементом тренировочного процесса – не более того. Отношение к искусству ножевого боя как к профессии означает готовность к длительной отработке сначала отдельных элементов системы, потом соединение их в комбинации, наконец, на высшем уровне мастерства – применение изученного без размышлений, на уровне интуитивных реакций. Сверхвысший уровень мастерства – это вновь переход от синтеза к анализу с целью разработки учебных методик и преподавания, связанного с прохождением вместе с учениками пути от простого – к сложному, от анализа элементов системы к органичному синтезу.

Искусство ножевого боя имеет, безусловно, важное значение при подготовке военнослужащих и сотрудников правоохранительных органов, включая бойцов спецподразделений. Методика виртуозного владения ножом, освоение фехтовальных практик и приемов формирует защитника Отечества и защитника правового порядка, которые спасают страну, народ, конкретных людей от насилия со стороны оккупанта или преступника.

Готовность к убийству и убийство в данном случае является оправданным и предполагается даже в самых гуманных религиозных традициях, совместимых с государственным строительством. С точки зрения православной этики, принцип «не убий» по смыслу относится к собственной общине, к ближним, к относительно безопасным для жизни ситуациям. Убийство возможно и допустимо, исходя из принципа «спаси и сохрани». Именно поэтому в Русской Православной Церкви имеется чин освещения оружия, которое, как это ясно любому, создается для убийства. Православное воинство – часть русской исторической традиции. Выход из

психологического настроя на смертный бой реализуется в религиозной практике покаяния за совершенное убийство, даже если оно было необходимым.

Боец не должен и не может гордиться самим фактом убийства, понимая, что его целью была защита, сбережение жизни одних ценой лишения жизни других – защита жертвы агрессии от агрессора, преступника. Упоение бойца собственной яростью, хвастовство жестокостью делают его опасным для мирных граждан в небоевых ситуациях, соблазняют неопытных юнцов применять оружие без надобности. Эти опасные заблуждения должны вовремя пресекаться в воспитательном процессе, который сопровождает тренировку боевых навыков.

Я знаю мастеров боевого обращения с ножом, и даже однажды написал предисловие к наставлению по ножевому бою. Но эти люди никогда не выставляли себя напоказ, никогда не хвастались своими умениями, которые на голову выше умений самоучек, никогда боевыми искусствами не занимавшихся, но смеющих преподавать другим.

Литература

Шиллингфорд Р. «Руководство по рукопашному бою для специальных подразделений» http://sscity.narod.ru/fighting/fightknife.htm

Васильев В. Защита от ножа. Видеоуроки.

Куценко Б. Наставление по ножевому бою.

Брестов А. И. Из книги «Русский рукопашный бой» http://www.self-defender.net/archive/unarmed_sd2.htm

Комментарии специалиста по ножевому бою по поводу систем защиты http://bladebrothers.narod.ru/mity/mity.htm

Упражнения с мечом

Общие трансформации ката для катаны

Применение японского меча катаны при исполнении ката Шотокан-каратэ-до накладывает ряд ограничений на рисунок движения:

1. Необходимость хвата двумя руками за рукоять катаны практически снимает разницу между ой-цуки и гяку-цуки. Вся разница оказывается лишь в том, наносится ли колющий удар от правого бока (здесь и далее предполагаем левостороннюю стойку в стандартном положении) или от левого. То есть, более короткий или более длинный удар острием меча.
2. Применение катаны требует замены многих ударов и блоков на рубящие удары. Режущая кромка меча должна быть максимально использована, а потому рубящий удар должен стать основным.
3. Катана удлиняет дистанцию эффективной атаки, что резко снижает возможность использования ударов ногами. Большинство из них становятся служебными движениями для отбрасывания пораженного мечом противника.
4. Удар локтем и удар коленом с применением катаны становятся бессмысленными, хотя и могут быть сохранены для экзотических вариантов бункай, которые можно представить себе для ближнего боя.
5. Техника работы с катаной требует значительно большей концентрации усилий на кистях, которые становятся конечной точкой для волны напряжения мышц. Чтобы избежать свободного проноса меча (в случае промаха в этом случае образуется брешь в обороне), необходимо крепко сжимать рукоять меча. Такое напряжение при исполнении ката без оружия встречается очень редко (например, в моротэ-укэ в хэйян-годан и других ката). Кроме того, асимметричное положение рук на рукояти меча делает боковые удары направо и налево (восходящий, нисходящие, горизонтальные) существенно различными.
6. Удары вбок (по отношению к корпусу, например в стойке киба-дачи) с катаной становятся неудобными и требуют отработки техники. Дальняя рука, удерживающая рукоять меча мешает нанести полноценный удар. Если это колющий удар, то он становится более коротким (фактически тычком). Если это рубящий удар, то его траектория также сокращается. Вариантом бункай в этой случае может служить удар в сторону с изменением стойки и разворотом корпуса (киба-дачи трансформируется в дзенкуцу-дачи).

Разнообразие форм исполнения бункай

1. *Замах длинный и короткий.* Общий принцип может быть продемонстрировал в бункай первого движения хэйян-шодан. Меч в этом движении должен переместиться на 90 градусов.

Для нанесения сильного рубящего удара мечом (предположительно рассекающего доспехи), его требуется разогнать по широкой дуге. Для этого меч заносится над головой рукоятью от противника, острием на него. Затем руки совершают круговое движение в сторону противника, передавая усилие лезвию, которое вслед рукам также движется по круговой траектории. Для усиления движения начальная фаза движения может содержать небольшую оттяжку меча от противника.

Укороченная траектория (не доведенный до максимальной амплитуды замах) снизит мощь удара, но зато сократится время движения клинка до мишени. Достаточно сильно разогнать клинок можно, отведя рукоять меча немного в сторону при почти неподвижном острие. Сначала вперед пойдут руки, а потом клинок, которому передан импульс.

Еще короче (и слабее) будет удар без замаха. При этом руки идут сразу вперед, разгоняя клинок из исходного положения.

2. *Различные хваты меча и развороты клинка.* Для ближнего боя применим обратный хват меча, уменьшающий зону его поражения (кисть руки в этом случае не позволяет развернуть меч так, чтобы он был на одной линии с предплечьем), но зато в этом положении могут наноситься рубяще-режущие удары, эффективные в ближнем бою. При ударе справа обратный хват будет только у правой руки, при ударе слева обе руки переходят на обратный хват.

С обратным хватом могут наноситься короткие колющие удары и добивающие удары сверху вниз. А также удары за спину.

Прямой колющий удар может наноситься при различном положении плоскости клинка: режущей кромкой вниз (самый распространенный), вбок (при соскальзывании такого удара он может дополнительно наносить режущее воздействие), вверх.

3. *Блок и удар.* Рубящий удар может трансформироваться в блокирующий. При этом движение тела и рук в целом сохраняется, но возникает необходимость изменения захвата рукояти, когда ладонь перемещается со стороны рукояти, продолжающей тупую кромку катаны, на противоположную сторону рукояти. Таким способом разогнанный для удара клинок в полете переворачивается незаточенной кромкой и отражает ей удар меча противника.

4. *Удар рукоятью меча.* В тех случаях, когда используется обратный хват рукояти, вариации бункай могут быть дополнены ударом тыльной стороны рукояти. Для тяжелого меча удар одной рукой в этом случае нецелесообразен. Такой удар теряет силу и оставляет свободную руку без работы. Он может наноситься только в порядке усложнения бункай – с

воспроизведением сложной боевой ситуации, когда одна из рук захвачена или сама совершает захват противника.

Хэйян-шодан

Бункай хэйян-шодан с катаной позволяет отработать несколько простейших ударов и блоков:

1.Удар (блок) в нижний уровень (атака ног противника или блокирования атаки противника в нижний уровень).

2. Колющий удар с шагом вперед (аналог ой-цуки).

3. Рубящий удар сверху.

4. Верхний блок (аналог дзедан-укэ). Данный блок ставится тыльной стороной катаны под удар оружия противника с расчетом, что этот удар разгоняет катану для нанесения рубящего удара сверху (или сбоку).

4. Боковой рубящий удар (или блок) изнутри наружу (аналог шуто-укэ) и снаружи внутрь (аналог агэ-укэ). В последнем случае имеет смысл заменить удар на рубящий сверху по диагонали (вдоль оставшейся сзади назад ноги). Удар снизу вверх в данном случае слишком неудобен, а удар в верхний уровень по горизонтали несколько сложнее и вводится в бункай для хейян-нидан.

Сочетание ударов и блоков в бункай хэйян-шодан складывается в несколько простейших связок:

1. Блок-удар в нижний уровень + колющий удар в средний (или верхний) уровень с шагом вперед.
2. Блок-удар в нижний уровень + рубящий удар сверху + колющий удар с шагом.
3. Верхний блок + рубящий удар сверху с шагом вперед.

Упрощенный вариант первой дорожки может содержать лишь рубящие удары сверху, исключая какие-либо аналоги агэ-укэ. В этом случае замах требует заводить клинок за спину, отчасти прикрывая ее. Недостаток защитных действий при этом компенсируется скоростью серии рубящих ударов.

Во второй дорожке бункай, приближенный к ката, предполагает серию колющих ударов. Однако эти удары больше подходят для завершения комбинации. Поэтому в бункай предлагается заменить второй укол рубящим ударом сверху. В этом случае без существенного усложнения возникает более связанная, быстрая и эффективная комбинация.

Хэйян I
бункай
с катаной



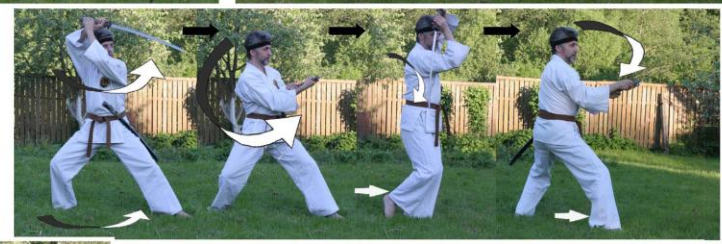


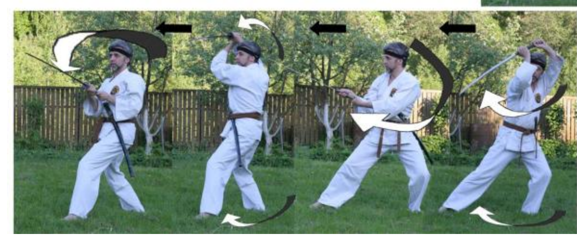












Хэйян-нидан

При исполнении бункай в данном случае в большом количестве присутствуют рубящие блоки (удары) в средний уровень изнутри наружу (аналог шуто-укэ), а также комбинации: мягкий отводящий блок изнутри наружу с переводом движения меча в колющий удар.

В дополнение к элементам бункай для хэйн-шодан возникает удар ногой, отбрасывающий противника, пораженного боковым рубящим и или прямым колющим ударом. Если комбинация диктует переход к блокированию атаки с противоположной стороны, для отбрасывающего удара удобно оставить ёко-гэри. При этом ударе корпус уже наполовину развернут к противнику, чья атака ожидается с противоположного направления.

Удар маэ-гэри в обратной дорожке снимает противника с меча после колющего удара (для этого удар должен сочетаться с рывком меча на себя) и обеспечивает начало следующей комбинации (следующий колющий удар). Перед колющим ударов в соответствии с ката могут быть использованы движения, отводящие оружие противника: круговое вращение клинка вокруг оси, направленной к противнику с общим направлением клинка в ту же сторону.

Заключительная комбинация сочетает верхний блок с боковым режущим ударом в верхний уровень. При этом блок и удар могут иметь противоположное направление в сравнении с первой дорожкой бункай для хэяйн-шодан. Для этого блок должен быть несколько задержан, а лезвие меча вынесено к другому плечу – тому, что движется вперед при смене стойки.

Удар ёко-гэри может применяться как отдельный боевой элемент или служить для отбрасывания пораженного противника. Варианты нанесения удара мечом перед ёко-гэри могут быть разными. Это может быть удар из переходной стойки камаэ, которая вводится после колющего выпада для нанесения удара в сторону противника, атакующего со спины. Это может быть боковой рубящий или колющий удар из дзенкуцу-дачи в направлении атакующего противника. В последнем варианте дзенкуцу-дачи – новый элемент, которого нет в ката. Но именно такая трактовка бункай будет более приближенным к боевой ситуации.


Хэйян II
бункай
с катаной

Хэйян-сандан

Первые движения в бункай хэйян-сандан позволяют отработать два сливающихся в одно движения рубяще-режущих ударов снизу вверх и снизу вверх.

В порядке последовательного усложнения в сравнении с хэйян-шодан и хэйян-нидан в бункай вводится несколько комбинаций с обратным хватом меча правой рукой.

В первом случае (первая дорожка) имитируется застревание клинка в доспехах или теле противника после колющего удара. Освобождение клинка происходит рывком на себя и далее от себя, для чего корпус разворачивается спиной к пораженному противнику и сразу после освобождения меча атакуется второй противник – с круговым разворотом тела и круговым движением меча и боковым рубяще-режущим ударом в средний уровень с короткой дистанции. (Выдергивание меча от себя позволяет приложить большее усилие за счет невозможности перемещения противника за мечом – его тело упирается в спину атакующего.)

Последующий колющий удар может потребовать изменения захвата рукояти на обычный, но продолжение бункай предполагает сохранение обратного хвата и вторичного поворота к противнику спиной (для выдергивания меча). И далее вторая дорожка бункай сочетает боковые режущие удары с разворотом корпуса и тычковые колющие удары с сохранением обратного захвата рукояти правой рукой.

Завершение обратной дорожки требует в третий раз повернуться к пораженному противнику спиной и выдернуть меч за рукоять рывком на себя - от себя. Но при этом поражение второго противника производится ударами меча назад – за спину. Для этого катана обратной (неострой) кромкой скользит по телу в области пояса и удар назад наносится обеими руками. Необходимо нанести два аналогичных удара, прижимая обратную сторону катаны к себе и нанося сильные удары за спину.

Хэйян III
бункай с катаной



Хэйян-ёндан

В бункай для хэйян-ёндан повторяются отбрасывающие удары, аналогичные присутствующему в бункай для хэйян-нидан (аналог ёка-гэри). Перед этим ударом также может быть введен боковой рубящий или колющий удар. Новым является дополнительный режущий удар по укороченной траектории со скручиванием корпуса (сильнее, чем в ката при нанесении удара локтем). Упрощенный вариант – повторение рубящего бокового удара. Первый вариант – для ближнего боя, второй – в расчете на отступление противника и более длинную дистанцию.

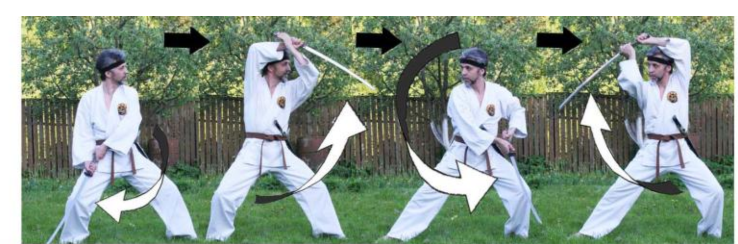
В этом бункай рукоятка меча используется как ударная поверхность. Ею встречается атака в ближнем бою после первой дорожки, когда требуется разворот к противникам, атакующим сзади. В этом случае нет возможности быстро перебросить меч в сторону противника, и рукоять меча направляется в голову противника по самой короткой траектории. В качестве варианта блокирования атаки в это случае можно предложить аналог агэ-укэ, когда лезвие меча размещается вдоль предплечья и им отбивается оружие противника.

Далее следует отбрасывающий маэ-гэри и боковой режущий удар (как в бункай хэйян-сандан) и либо тычковый удар (как в том же хэйян-сандан), либо добивающий удар сверху вниз.

Сложность представляет обратная дорожка, в которой необходимо исполнить блоки (удары) в средний уровень. Первый удар может быть аналогичным боковому режущему удару с сохранением обратного хвата меча правой рукой или заменяться на блок, при котором в движении лезвие оборачивается в сторону противника незаточенной кромкой катаны. Во втором блоке или ударе обе руки могут быть переведены в обычный хват. Левая рука становится ведущей, позволяя правой вернуться к обычному хвату. В последней фазе движения правая рука вновь становится ведущей – более нагруженной. Этот переход может быть осуществлен также позднее – в третьем движении.

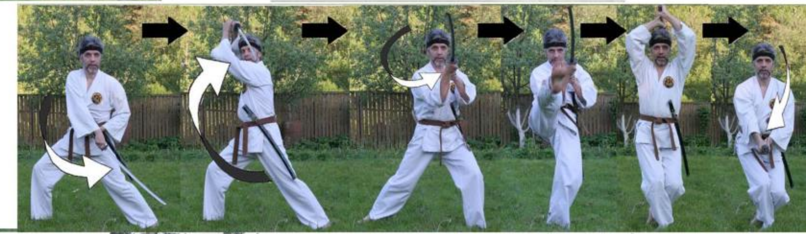
Завершающая серия движений после колющего удара (вместо захвата головы противника в бункай без оружия) может повторять отбрасывающий ёко-гэри из бункай для хэйян-нидан или, приближаясь к хэйян-ёндан, заменить удар коленом отбрасывающим маэ-гэри (несколько менее удобным).

Хэйян IV
бункай
с катаной

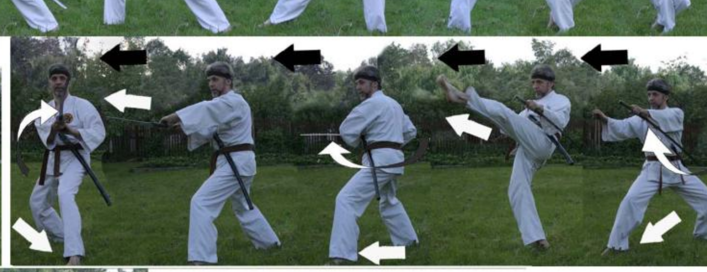


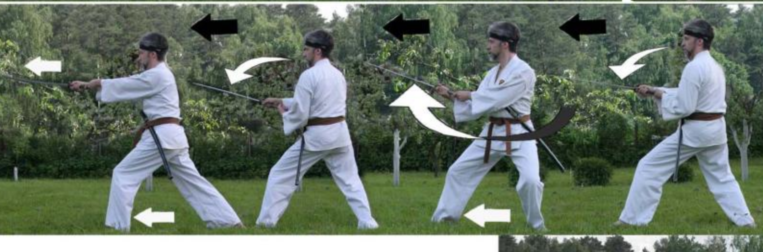














Хэйян-годан

Комбинации бункай для хэйян-годан не представляют большой сложности в сравнении с предыдущими упражнениями и состоят преимущественно из достаточно простых движений или несколько измененных движений бункай для предшествующих ката.

Дополнительным усложнением может быть нанесение рубящего удара в начальной серии движений, для которого нет аналога в ката. После длинного выпада с колющим ударом можно ожидать атаки с противоположной стороны и, направить в эту сторону боковой рубящий удар из дзенкуцу-дачи (с шириной или без ширины стойки). После этого медленное движение в стойку хэйсоку-дачи с размещением острия меча на предплечье и направлением острия с сторону поверженного противника.

В первой дорожке возникает двойной удар – короткий режущий для ближней дистанции и длинный рубящий (аналог моротэ-укэ). При нанесении второго удара можно сделать подшаг, удлиняющий атаку.

Аналог удара локтем, как и в других бункай, удобнее всего проводить как режущий удар со скручиванием корпуса. В данном случае он применяется при развороте на 180 градусов из киба-дачи в киба-дачи. Вместо удара стопой в ладонь в бункай следует движение, подобное движению в обратной дорожке хэйян-сандан. При этом обратный хват рукоятки не обязателен. Интенсивность режущего движения обеспечивается скручиванием корпуса после перехода в стойку (как продолжение общего крутящего корпус движения).

В отличие от ката, при нанесении удара в прыжке в бункай замах мечом должен сливаться с прыжком. Потому что поднятые с мечом руки в статическом положении мешают прыжку. Если же замах оставляется, то перед прыжком неизбежно движение рук вниз. Это может быть блок или рубящий удар.

Хэйян V
бункай
с катаной



Бассай-дай

В данном бункай содержатся многие движения из бункай для хэйян. Усложнение вносит комбинация двух быстрых горизонтальных рубящих ударов, которая повторяется несколько раз. В данном случае аналогом блоков будут рубящие удары. Выполнить в данном случае два блокирующих удара (с разворотом меча в сторону удара противника незаточенной кромкой катаны) можно, но это гораздо сложнее.

Интересный удар мечом получается в бункай для яма-цуки. Это длинный колющий выпад с разворотом меча режущей кромкой вверх, который одновременно может быть и блоком. Это удар из длинной стойки, достающий противника на дальней дистанции за счет глубокого наклона корпуса. Им во многих случаях может заменяться обычный колющий удар и в бункай для других ката.

Видоизменением бункай с приближением его к боевому применению может быть замена возникающей в ката стойки хэйко-дачи на дзенкуцу дачи. В этом случае прямой колющий удар будет более эффективным, а блоком будет защита клинком спины (острой кромкой вверх) с одновременным замахом. При этом повторное движение будет предполагать смену стойки и зеркальное повторение предыдущей комбинации – как в ката.

В данном бункай может быть введен элемент, при котором левая рука держится не за рукоять, а за лезвие клинка. Такая позиция позволяет блокировать рубящий удар противника сверху. Следующие движения заменяют двойной удар по корпусу противника хасами-учи. Отклоняя клинок противника в сторону, ему следует дать соскользнуть по лезвию собственного клинка, но отбросить оружие противника раньше, чем оно коснется руки, удерживающей лезвие. При этом наносится боковой удар рукоятью в голову противника. Обратным движением режущая кромка клинка проскальзывает в область шеи-груди противника, а затем наносится добивающий колющий удар.

Перед завершающим бункай движением вместо отбрасывающего блока руками можно применить скрытую стойку, при которой катана плашмя приживается к отставленной назад ноге. При этом противник не видит положения меча.

Ганкаку с двумя мечами

Полностью воспроизвести ката ганкаку с использованием двух мечей практически невозможно. Из ката, прежде всего, выпадает удар йоко-гэри, поскольку оружие делает его бессмысленным. Два клинка должны работать в каждом движении. Удар ногой в данном случае выглядит излишним. В данном бункай оставлен лишь удар маэ-тоби-гэри, который можно интерпретировать как отбрасывание уже пораженного катаной противника.

В начале ката оба клинка размещены за спиной и удерживаются обратным хватом. Это позволяет сделать полноценный поклон перед началом ката. Затем оба клинка перехватываются в обычный хват (что требует

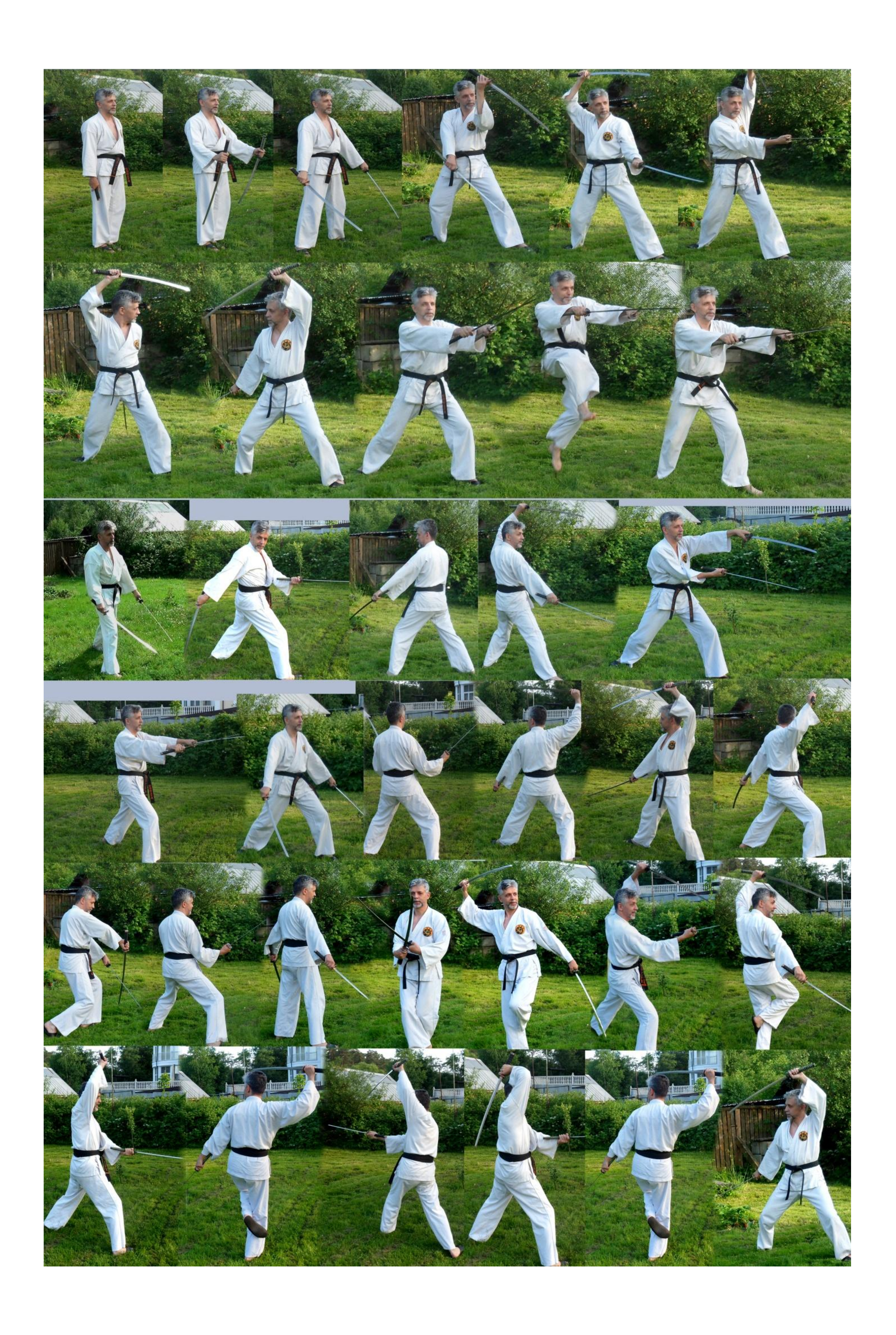
определенного навыка) и разводятся в стороны с принятием стойки готовности. Первое движение с отступлением назад сопровождается сложными парными движениями клинков, которые следуют одно за другим. сдвоенное движение, в котором левая рука заводит меч из-за головы и производит отбивающее действие против клинка противника, направленного в средний уровень. Одновременно наносится прямой удар мечом в правой руке. Последующие два движения сменяют позиции правого и левого меча. Сначала левый меч производит горизонтальное режущее движение, при этом правый меч ставит защиту над головой. После этого правый меч сверху опускается косым движением справа налево, а левый занимает оборонительную позицию над головой.

Движение с разворотом при наличии меча в левой руке целесообразно производить с оборонительным рубящим движением в нижний уровень – за спину в сторону разворота. После этого левый меч вновь переходит в оборонительную позицию сверху, а правый меч, занесенный для удара в момент разворота, опускается для рубящего удара в нижний уровень (аналог блока гедан-бараи).

Следующая серия движений – одновременное применение двух мечей: сначала скрестный прямой удар в верхний уровень, после маэ-тоби-гэри – в нижний уровень по расходящимся траекториям. Можно усложнить финал комбинации: перед последним движением сделать короткое встречное рубящее движение в верхний уровень. Разворот с предварительным рубящим движением за спину в нижний уровень повторяет одно из первых движений ката. В следующей дорожке необычным является лишь одновременное горизонтальное рубящее движение обоими мечами в одну сторону – справа налево.

Серия движений после симметричного отбивающего движения двумя мечами по расходящимся траекториям в среднем уровне – в точности повторяет манжу-укэ ката ганкаку. Удар в нижний уровень одним мечом сопровождается блоком над головой другим мечом. При этом острие блокирующего меча направлено в сторону противника, что позволяет резко проводить последующее рубящее движение. Финал «дорожки» - движение, аналогичное гедан-моротэ-укэ: оба клинка направлены острием вниз, режущей кромкой в сторону противника. Один из них блокирующий, второй – добивает колющим движением сверху.

Последующие движение аналогичны предыдущим, за исключением того, что некоторые движения мечами производятся стоя на одной ноге. Другая нога отдергивается, упреждая удар клинка противника с одновременным отбивающим ударом в нижний уровень. После позиции на одной ноге следует выпад, который сопровождается рубящим ударом – в двух случаях разноименной рукой по отношению к передней ноге, в двух других – одноименной. Когда делается два шага – одноименной, когда один – разноименной. В последнем случае целесообразно задействовать другой меч (в передней руке) для предварительного колющего движения с обращением режущей кромки меча вверх.



Вариант, представленный на иллюстрации, может быть трансформирован или дополнен – в особенности в элементах, где наносится удар локтем. В этом случае движение локтем (дзедан или чудан-маваши) может быть интерпретировано как вынесение меча с аналогичным движением рукой. Удар в уровень дзедан целесообразно интерпретировать как замах мечом, защищающий спину, удар чудан-маваши – как вынесение клинка снизу вверх из-под руки (соответственно другой меч движется навстречу).

Автор представляет вариант исполнения ганкаку с двумя катанами, хотя целесообразно использовать более легкие парные мечи или вакидзаси. Это обусловлено только необходимостью визуализации: длинный клинок лучше виден и его движения медленнее.

Двуручный меч и упражнения на разрубания

В целом бункай с использованием катаны резко ограничивает разнообразие комбинаций, которые возможны в ката шотокан-каратэ-до, но создает ряд сложных технических приемов, которые не могут быть освоены без практики упражнений с мечом. Эти упражнения могут быть основой для отработки применения холодного оружия различных типов и размеров, а также применения палок и шестов.

Большую пользу для укрепления кисти и развития координации при обращении с холодным оружием большого размера могут принести упражнения с двуручным европейским мечом, а также с двумя казачьими саблями или шашками с асимметричными вращениями.



Помимо упражнений с мечом или катаной по воздуху, можно рекомендовать веселое развлечение – разрубание пластиковых бутылок, доверху заполненных водой и плотно закрытых пробкой. Это на первый взгляд простое упражнение требует серьезного навыка, когда разрубание сопровождается также режущим моментом – потягом клинка на себя.



Прежде чем браться за рекордные разрубания, стоит обучиться разрубанию одной полуторалитровой пластиковой бутылки из-под прохладительных напитков. При этом надо учесть, что прозрачный пластик намного прочнее, чем пластик белый, который используют для молочных продуктов.

После того как освоено разрубание одной бутылки, можно попробовать разрубить две, три и более. Моя практика свидетельствует, что больше трех бутылок, поставленных в ряд, разрубить крайне трудно и упражнение редко дает положительный результат. Зато пластиковая бутыль емкостью в 6 или 9 литров разрубается с неизменным эффектом, если к этому моменту разрубание 3 полуторалитровых бутылок уже освоено.

Следующий тип упражнений – рубка на скорость и точность. Для развития точности выставляются несколько целей. Например, на вбитых в землю деревянных брусках устанавливаются три бутылки, разрубание которых требует разворотов. Сначала рубим на точность, потом – на скорость. Упражнение на скорость – это выстраивание двух рядов бутылок (например, на высоких скамейках) с последовательной рубкой бутылок одной за другой и учетом одновременно скорости и качества разрубания.



Разумеется, все упражнения по воздуху следует тренировать незаточенными клинками, чтобы не повредить себе. Для рубки острой катаной следует готовить ее – каждый раз править лезвие на бруске и смазывать гвоздичным маслом до и после применения. Хранить катану следует после тщательной протирки и сушки. Во время применения необходимо контролировать плотность крепления рукояти. Выпавший из крепления рукояти в момент резкого движения клинок может нанести ранения окружающим или выполняющему упражнения.

Упражнения с нунчаку

Нунчаку – мощное боевое оружие, достаточно простое в обращении. Может показаться, что овладеть нунчаку очень сложно. Но на самом деле это всего лишь вариант сельского орудия труда – цепа для обмолота зерна. Поэтому простейшие движения при выполнении сельскохозяйственных операций – вот все, что нужно. Изящные перехваты, которые блестящие демонстрировал Брюс Ли – всего лишь постановка. Как и его великолепная игра в настольный теннис, когда вместо ракетки он использовал нунчаку и отбивал шарик с невероятной точностью и амплитудой. Все это – киноискусство, имеющее очень незначительное отношение к реальному боевому искусству.

Нунчаку – соединенные металлической цепочкой или веревкой прочные палочки (круглые или граненые) – это оружие. Удар нунчаку после хлесткого движения вполне может сломать конечность, а при попадании в голову – убить. Но это оружие, которое в современных условиях вряд ли может быть применимо. Оно слишком неудобно для ношения.

Какой же смысл в том, чтобы владеть нунчаку? Ответ прост: овладение любым оружием дает помимо специальных и малопрактичных умений нечто более общее – способность владеть оружием вообще, применять полученные навыки при обращении с другими предметами, способными стать оружием. Манипуляции с нунчаку помогают общей координации – точному ощущению длины своих рук, положения тела, соединение в одном движении работы различных групп мышц и суставов.

Восьмерка – это самое простое упражнение. Достаточно сосредоточиться на том, что свободный конец нунчаку должен после диагонального «хлыста» описать дугу и из нижнего положения подняться в верхнее, чтобы симметрично повторить движение. Когда «хлыст» делается сверху вниз по диагонали, мы демонстрируем наиболее простое упражнение – «прямую восьмерку». Когда «хлыст» летит по диагонали снизу вверх – это «обратная восьмерка», которая требует значительно большего навыка и, соответственно, времени для освоения этого приема.



В прямой и обратной «восьмерке» главное умение – работа кистью, перевод прямолинейного движения нунчаку в круговое за счет диагонального опускания руки. Каждый раз нунчаку проходит через «узел» - точку прямо перед выполняющим упражнение. «Прямая восьмерка» предполагает резкое движение сверху вниз по диагонали с затуханием

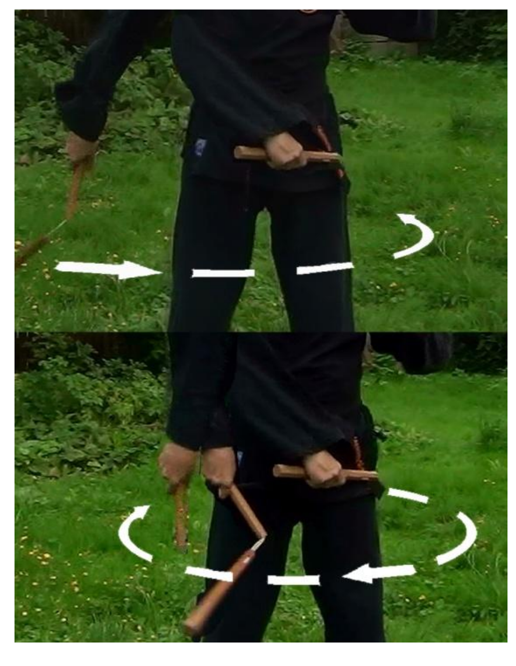
усилия в нижней точке траектории, «обратная восьмерка», напротив, разгоняется снизу вверх.

В дополнение к двум «восьмеркам» стоит освоить также «вертикальную восьмерку», при которой свободный конец нунчаку описывает круг над головой выполняющего упражнения, затем по фронту перед ним. Чтобы разогнать нунчаку в верхней части траектории, необходимо выполнить движение, напоминающие зачесывание волос со лба к затылку. При этом свободный конец нунчаку пролетает за головой по дуге, а затем опускается «хлыстом» по диагонали по фронту. Это упражнение, следуя примеру А. Комлева, написавшего замечательную книгу-пособие «Искусство нунчаку-до», можно поэтически назвать «Земля и Небо».



Обратное направление движения в «вертикальной восьмерке» освоить не сложнее, чем обратное движение в обычной «восьмерке».

Практическое применение движений в «восьмерках» заканчивается диагональным «хлыстом». Все прочие движения являются просто вариантом замаха, чтобы сделать диагональное движение, напоминающее рубящее движение клинком – справа налево или слева направо. В «вертикальной восьмерке» замах делается из-за головы с резким опусканием руки по диагонали. В обычной восьмерке рука поднимается вверх (справа или слева), а за ним следует оружие. Затем выполняется все то же рубящее движение.





«Восьмерки» позволяют перенаправлять движение нунчаку, не касаясь собственного тела. И это усложненный вариант. Более простой вариант – использование ослабление скорости движения нунчаку на излете. Свободный конец нунчаку как бы «наматывается» на тело – практически на любую часть тела. Наиболее распространенное перенаправление – за счет захлестывания вокруг бедер или вокруг предплечья.

При перенаправлении можно обойтись и без касания тела – укорачивая движение за счет исключения захлеста. Но время на перенаправление движения не всегда должно быть сокращено. Дистанция до противника может после первого движения увеличиться, и для того, чтобы второй удар достиг цели, может понадобиться время, чтобы сократить дистанцию. Тогда захлест дает необходимое «зависание» нунчаку между двумя движениями.

«Зависание» нунчаку между двумя движениями может быть использовано для разного рода перехватов. Самый распространенный – под плечом: свободный конец нунчаку перехватывается другой рукой после вертикального хлыста снизу вверх с захлестом над плечом и за плечо. Под локтем замедлившийся свободный конец нунчаку подхватывается другой рукой. Точно так же исполняется и обратное движение: на излете вертикального хлыста свободный конец нунчаку попадает в ладонь другой руки. При этом возникает обратный хват нунчаку.

Обратный хват выглядит экзотикой, но именно в результате перехвата он может возникнуть при манипулировании с нунчаку. Хлыст обратным хватом очень неудобен и явно короче, чем при обычном хвате. Поэтому после обратного хвата желателен быстрый перехват. Быстрее всего его можно сделать одной рукой. И этот прием, который больше похож на жонглирование, приобретает смысл.

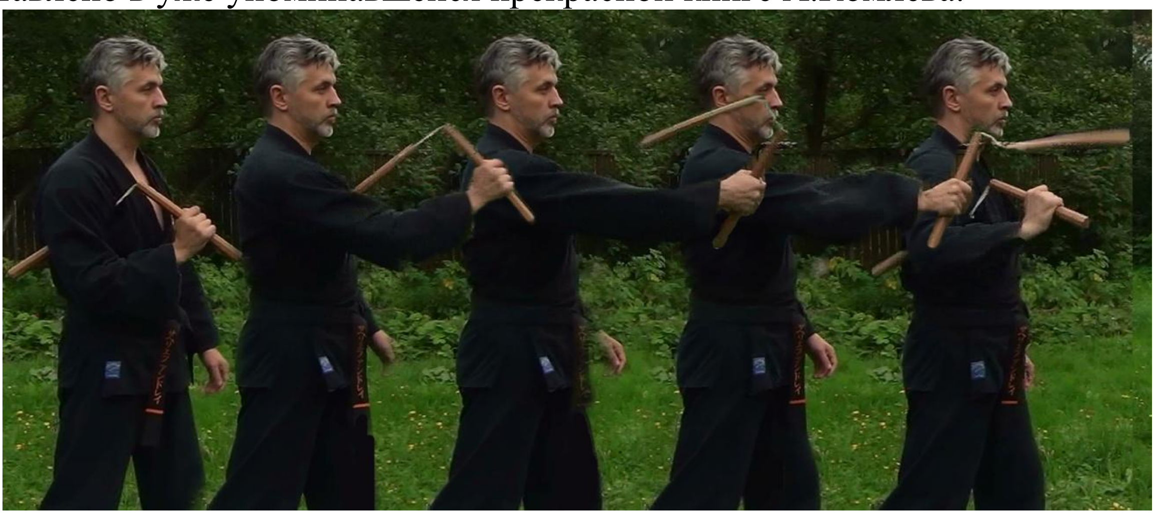




Если выполнять перехват правой рукой, то удобнее создать вращательный момент после обратного хвата - по часовой стрелке, после прямого хвата – против часовой стрелки. Подвижная часть нунчаку (сочленение) при этом становится центром вращения и приходится на тыльную часть кисти. При вращении от обратного хватоа точка первоначального вращения находится на суставе мизинца, при вращении от прямого хвата – на суставе указательного пальца.

Обратный хват может быть использован для тычкового удара торцом нунчаку, при котором свободный конец нунчаку захлестывается и неожиданно для противника наносит удар по круговой траектории.

Множество других перехватов (полезных или экзотических) представлено в уже упоминавшейся прекрасной книге А.Комлева.



К практичным хлыстам, которые наносятся под разными углами, следует добавить прямой удар – наиболее быстрый и очень жесткий.

Прямой удар наносится из плечевого захвата резким движением руки вперед и столь же резким отдергиванием, возвращающим руки с возвращением нунчаку в исходное положение. Возвратное движение позволяет нанести повторный удар через минимальное время.

Для свободного владения нунчаку все движения следует научиться делать в движении – с разворотами в разные стороны, имитирующими ответные действия на атаки нескольких противников.

Одним из эффективных средств быстрого перенаправления нунчаку с разворотом к противнику, атакующему сзади, является перехват за спиной. После вертикального хлыста сверху вниз и за спину в конечной фазе траектории происходит разворот корпуса. В момент, когда за спиной нунчаку проходит вертикальное положение, происходит перехват другой рукой и хлыст снизу вверх и сразу сверху вниз. После чего следует новый разворот.



Ката шотокан-каратэ-до могут быть эффективно переработаны для тренировки применения нунчаку в движении. Одним из интересных для нунчаку ката является ката мэйкё.



Начало мэйке с нунчаку – это усеченное упражнение «Небо и Земля», от которого остается «Небо над головой». Движения блок-удар не представляют сложности: они наносятся торцом нунчаку как при блоке, так и при ударе (при ударе – гранью торца как при боковом ударе) – без всякого хлыста, с удержанием нунчаку обеими руками. Блок двумя руками также не представляет сложности – он очевидным образом выглядит так же, как блок палкой. Наиболее интересное движение – нанесение удара в прыжке с разворотом, «Небо над головой» во время прыжка переходит в диагональный хлыст, которые на излете завершается у пояса.

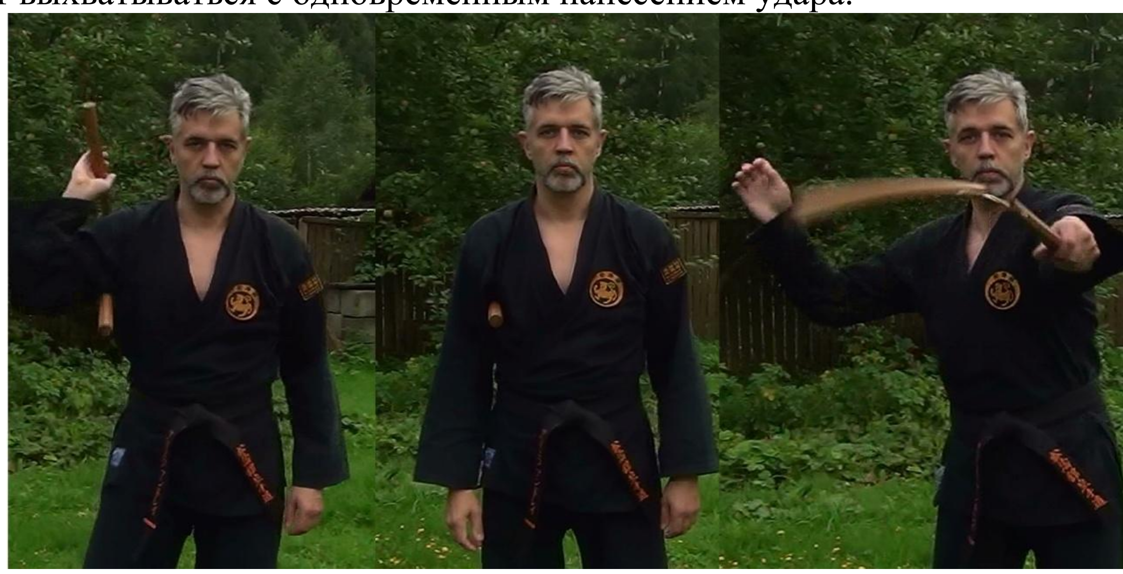




Другие моменты при исполнении мэйке с нунчаку: необходимость прокрутки нунчаку

одной рукой для «паузы» во время разворота и перед движением «Небо над головой»; использования перехвата за спиной как аналога тэцуи-учи («пауза» при удержании нунчаку за спиной без передачи в другую руку).

Наконец, еще одна уловка при работе с нунчаку: внезапное исчезновение оружия из поля зрения противника. Нунчаку остается под мышкой, и видна лишь торцом, а потому малозаметна. После паузы нучаку может выхватываться с одновременным нанесением удара.



Под мышкой нунчаку может оказаться при исполнении хлыста снизу вверх за плечо либо диагональным хлыстом с излетом под мышкой.

Упражнения с палкой

Палка – простейший предмет, который может стать оружием точно так же, как и нож или цеп (нунчаку), имеющие бытовые применения. В отличие от прочих подобных предметов, палка превращается в оружие проще всего. Естественный захват и нанесение ударов в простейшем варианте подобны обращению с катаной. Но при этом не надо следить за направлением режущей поверхности.

Для привыкания к палке ею можно проводить вращения, подобные тем, которые выше приведены для нунчаку.

Наиболее простой – плечевой перехват. Правда, для нунчаку он проще при движении через плечо, для палки – при движении под плечо. При перехвате в первом варианте следующим движением будет удар палкой сверху вниз, во втором варианте – внизу вверх.



Следующий тип вращения подобен перехвату над плечом: движение дальнего конца палки происходит снизу вверх, но палка не захлестывается за плечо, а падает в локтевой сгиб руки с палкой, где размещается свободная ладонь. И далее вращение идет снова через низ вверх и на локтевой сгиб.

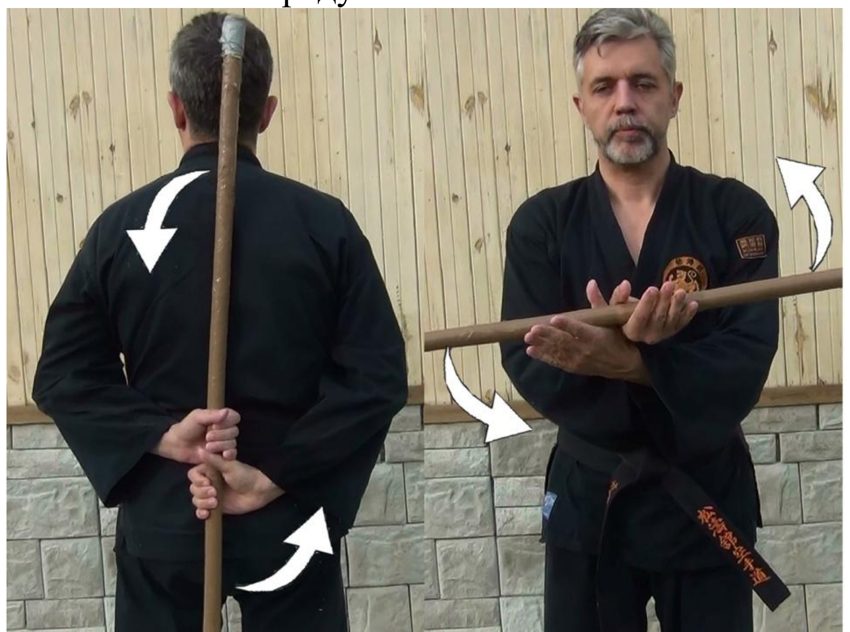


Более серьезного навыка требует вращение палки перед собой. Для него необходимо почувствовать вес и габариты палки, а также осуществлять

перехваты вблизи центра тяжести. Для полного поворота применяются два разных перехвата: один – руки скрещены, ладони направлены вверх (палка вращательным движением переходит в открытую ладонь – падает в нее), второй – кисти рук параллельны, ладони направлены вниз (свободная ладонь активно перехватывает палку, подкручивая ее для дальнейшего движения).



Вращения через спину могут быть как на месте, так и с разворотом корпуса вокруг своей оси в одну сторону. Вращение перед собой, как указано в предыдущем случае после перехвата скрещенными руками продолжается отмахом палки в сторону (удар вбок снизу вверх). Затем разворотом кисти дальний конец палки направляется за спину (удар за спину сверху вниз вдоль тела). Перехват за спиной осуществляется в вертикальном положении палки. Причем ладони обеих рук в момент перехвата палки находятся в положении «большой палец вверх». Движение напоминает перехват нунчаку за спиной с перенаправлением атаки на 180 градусов.



Вращение поначалу кажется неуклюжим, но по мере его освоения оказывается, что оно легко сопровождается вращением тела вокруг вертикальной оси. В этом случае плоскость вращения оказывается постоянной, и такой перехват даже проще, чем без разворота корпуса.

Описывать иные упражнения с палкой нет особой необходимости – они приходят сами с практикой. Удары, подобные удару меча, не вызывают трудностей, если с мечом эти упражнения уже освоены. Удары, когда передняя рука размещается обратным хватом обоими концами палки (справа и слева, снизу и сверху) напоминают удары «крюком». Блоки либо тождественны ударам, либо напоминают движения метлой.

Ката шотокан-каратэ-до естественным образом трансформируются под упражнение с палкой, а некоторые из них (дзиттэ) просто предполагают бункай с палкой.

Важным принципом владение палкой как оружием является свободный хват, который становится плотным только в момент удара или блока. Скольжение палки в хвате передней руки при тычковом ударе дает возможность нанести более длинный (и потому неожиданный) удар, а хват задаст направление движения палки.

При борьбе за обладание палкой с противником, который успел в нее вцепиться, также важно понимать, что увлекаться этой борьбой не следует. Попытка вырвать палку может быть менее важным, чем нанесение ударов противнику, которому палка оказывается чем-то особенно дорога.

Один из полезных принципов при борьбе за палку – стремление вывести один из ее концов на локоть противника или между руками с последующим давлением на предплечье. При длинной палке дополнительный рычаг можно создать, заведя конец палки за ногу или уперев его в землю.

Принципы самообороны от удара палкой таковы: необходимо двигаться по дуге в ту же сторону, в которую летит палка, и стремиться остановить ее рукой как можно ближе к рукам противника, отклоняя траекторию палки от своего тела. Необходимо улучить момент, чтобы сблизиться с противником и не дать ему использовать преимущество палки, которой можно нанести удар с дальней дистанции.

Бусидо и русский путь

Профанное отношение к боевым искусствам создает оправдание для тех, кто по жизненным обстоятельствам не может или не хочет быть воином. Отсюда возникают смутные пожелания: вместо каратэ подайте что-то «свое, русское». Ну а пока этого нет, мол, нечего приобщаться к иноземным затеям. С подобной же степенью убедительности говорят, что церковь не благословляет занятие восточными единоборствами. Это беспочвенное утверждение отвратило немало русских людей от боевых искусств, а в государственном масштабе не позволило родиться национальным системам единоборств и закрепить их в системе воспитания и образования, а также в повседневной жизни граждан.

Восточные единоборства не могут представлять опасность для русского духа, для русской веры и русского национального самосознания, если только не превращаются в манию или тему для досужей болтовни. Манией восточных единоборств страдают так же, как и манией парапсихологии, колдовства или НЛО. Обычно такие маньяки всерьез не в состоянии заниматься единоборствами – на это у них просто не хватает времени. То же касается и разного рода обыденных представлений о Востоке, часть из которых оценивает восточные боевые искусства как некую тайну, вокруг которой много судачат, но всерьез коснуться этой тайны не желают. Тех, кого манит колдовство, быстро разочаровываются: нет в каратэ никаких эзотерических «техник». Кого же колдовство отталкивает, несправедливо оценивает каратэ наравне с сатанизмом.

Православие – мировая, а не этническая религия, русские – исторический народ, а не локально существующее в своих бытовых заботах племя. Именно поэтому русским православным людям есть дело не только до собственного культа, но и до всех культурных достижений человечества. С православной и русской национальной точки зрения можно судить обо всем. Поэтому православный человек не ослабеет в вере, если будет заниматься боевыми искусствами всерьез – как защитник Отечества, собственной семьи и правды Божией. Противостоять злу – в этом смысл боевых искусств. Смысл освоения восточного опыта – в познании боевых систем, выверенных веками. Разумеется, переосмыслив его для себя, для своего народа и своей страны.

В русской истории не было таких условий, как в Японии, где внешняя агрессия отсутствовала веками, а военный опыт приобретался преимущественно на чужой земле и в столетиях дуэльных поединков в среде воинского сословия. Именно эти условия позволили родиться школам боевых искусств, династиям мастеров, филигранно оттачивающих свои системы, исходя из опыта своих учеников и последователей. Почему же для нас в этом опыте нужно видеть только вред, если у нас не было таких условий и школы боевого мастерства просто не появились?

Традиция, проверенная веками, достойна уважения, на какой бы национальной почве она ни утвердилась. Во всех Традициях есть нечто

общее, а значит, есть повод для «диалога культур», в котором каждая из сторон может почерпнуть нечто для собственного национального достояния.

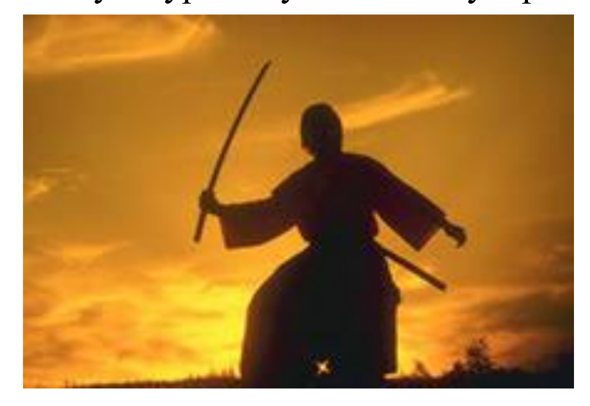
Гордость Востока перед дикостью Запада

У одного из самых популярных в Европе японских писателей Рюноске Акутагава (1892-1927) есть рассказ «Носовой платок». В рассказе европеизированный профессор размышляет о бусидо как о вкладе Японии в мировую культуру, а потом разговаривает с женщиной, только что потерявшей своего юного сына – ученика профессора. Голос женщины не дрожал, на лице порой даже мелькала улыбка. Но поднимая случайно упавший веер, профессор случайно заметил в руках женщины платок, который она изо всех сил комкает дрожащими пальцами. «Дама лицом улыбалась, на самом деле всем своим существом рыдала». Профессор воспринимает это как образец бусидо японских женщин. Но по законам жанра профессору на глаза тут же попадаются строки европейского театрального критика, в которых он называет дурным вкусом «двойную игру», когда на сцене героиня улыбается, комкая в руках платок.

Попытка расширительно толковать бусидо может приводить именно к таким казусам – трагичное может показаться смешным или глупым, гордость – напыщенностью и чванством, учтивость – заискиванием, ярость – психозом. Это именно та опасность, которая подстерегает русского человека, пытающегося поверхностно взглянуть на восточные боевые искусства.

Запад играет «двойную игру» не только на сцене, но и в жизни, и смеется над собственными штампами и похожей на глупости чертами чужой жизни. Восток имеет другие штампы и собственное чувство юмора. Но бусидо – не штамп, над ним смеяться – значит быть дураком. То есть, повторить обывательскую издевку в отношении непонятного явления – смешного, глупого, дикого в представлениях обывателя Запада, не забывающего посмеяться и над собственной героической историей, оболгать и извратить ее, обругать героев прошлого, которые никак не вписываются в «демократические ценности» искалеченного постмодернизмом сознания.

Из непонятного самурая досужий европеец лепит персонаж попкультуры – туповатого супермена, демонстрирующего скорее акробатику, чем способность к реальному бою. Между тем, бусидо понимается не обыденным сознанием и, скорее всего, не философским рационализмом. Бусидо – это и техника боя «глаза в глаза», и рафинированный дух аристократического служения господину – этика верности. Имея в виду иерархию, поднимающуюся до Господа, мы не



можем пренебрегать уроками долга и служения, которые дает нам история самураев и этика бусидо. Понять бусидо – это понять подвиг. А подвиг тиражировать невозможно. Особенно, когда он связан со смертью.

Самураи – аналог русских дружинников, позднее - дворян. Термин «самурай» происходит от японского глагола «сабурару» (охранять, служить) и относился первоначально к личному слуге. Слово «самурай» означало служение «великому человеку» своим мечом. За службу самураи наделялись землями – как изначально и русские дворяне. Только для самураев служба оставалась до конца существования этого сословия главным источником жизни. Никакой «вольности» самураи не получали, праздности в родовых поместьях не предавались и всегда оставались служилым сословием со строгой внутренней иерархией и ритуалами почтительности низших к высшим и высших к низшим.

Слово «буси» - не синоним слова «самурай». Его можно трактовать по означающему иероглифу как «воин, способный остановить копье». Расшифровка неоднозначна. Она следует из значения китайского иероглифа «бу» (военный), который состоит из иероглифов «хоко» (копье) и «ямуру» (исправлять). Чаше всего, «исправлять» понимают как «отражать». Можно понять это сочетание слов и иначе: копье становится оружием только в руках воина; тем самым копье надо «исправить» - превратить в оружие. Также и в русском языке слово «исправлять» по отношению к документы означало «создать» - написать. И исполнитель именовался «исправник».

Кроме формального значение слов «буси» и «самурай», есть практика воинской службы и соответствующих этических установкок, свойственных военной аристократии любого народа. Самурай – воин. Он же – буси. Но не просто солдат, а еще и творец – для него меч и перо равнозначны. Даже смерть свою самурай, знающий Путь (то есть кодекс бусидо), предпочитает встречать поэтическим сочинением. Точно так же средневековое рыцарство и дворянство более поздних времен не ограничивало себя исключительно военным делом. Это были носители культуры и определенных нравственных установок. А профессионал военного дела, которые ничего более в жизни не знает и не хочет, мог быть только наемником.

Культура Японии во многом заимствована от ближайших соседей. Это относится и к боевым искусствам. Так, культурный облик самурая означал непременное знакомство с китайской литературой и поэзией, а боевое искусство сложилось из элементов китайских и корейских боевых искусств. Южное княжество Рюкю (острова Окинава, Амами и др.) до XIX имело двойное китайско-японское подчинение. И именно там прошли становление школы боевых искусств, а сегодня – сохранились школы единоборств в, менее всего искаженные спортивными задачами текущего дня. Правда, зачастую искаженных в целях «продаж» национального достояния иностранцам.

На севере японцы многое восприняли от айну – не только боевые навыки, но и обряд ритуального самоубийства сэппуку (известного европейцам чаще как «харакири»). Напротив, некоторые обычаи у японцев

умирали. Можно привести пример обычая, сохранившегося только у жителей южных островов Амами, которые эксгумировали захороненных соплеменников через три года, омывали кости и складывали их в общих пещерах – точно как принято во многих древних культурах.



Внешние заимствования в Японии «проварились», превратившись в национальную воинскую культуру, которая и вошла в сокровищницу мировой цивилизации, оставив иные элементы японской культуры в качестве фольклорных причуд, занятных, но неприемлемых для других народов. При этом исходно китайские боевые искусства были избавлены от того эзотерического тумана, который и теперь для европейцев интересен скорее как досужий вызов рациональной науке и многозначный ребус-иероглиф для профана, объяснение которому могут дать только воображаемые наследники великих мастеров древности.

Японцы даже в сэппуку внесли свою поэтику – обычай стихосложения перед смертью. Мучительное разрезание живота иногда не происходило вовсе. Смертельный удар кайсяку, отсекающий голову, следовал в тот момент, когда уходящий из жизни решался протянуть руку за кинжалом. В период Токугава ритуал еще более упростился: вместо кинжала или меча на подносе перед решившим уйти из жизни оказывался веер.

Самурайская этика в ее изначальном варианте серьезно отличается от русской традиционной этики, но в современности противоречия сглаживаются. Многое из японских (в целом – восточных) боевых искусств для нас – бесценный источник, пополняющий нашу национальную традицию. В то же время представляется глубоким пороком всякая увлеченность восточной «эзотерикой», без которой, якобы, познание боевых искусств невозможно. Этот порок возникает из заблуждений, переносящих на японских аристократов и воинов прошлого наши собственные представления о мастерах современных восточных единоборств.

Воинское сословие – признак любого общества. Особенность Японии – исторический разрыв, когда после эпохи сплошных гражданских войн 1490-1600 (век войн, эпоха Сэнгоку) наступил длительный мир, установленный династией сёгунов Токугава. В «век войн» воинское сословие потеряло устойчивые границы – каждый умелый воин, независимо от происхождения, мог подняться по ступенькам иерархии и стать видным самураем.

Междоусобицы породили огромные армии «бесхозных» воинов-ронинов – самураев, потерявших хозяина и готовых к наемной службе или выбору хозяина. Война привела к гибели множества знатных фамилий и образованию новых могущественных кланов. И только сёгуны Токугава прекратили размывание японского общества и снова замкнули воинское сословие, прекратив распри. Гражданские войны провели отбор наиболее склонных к воинскому служению и дисциплине служения. Эпоха Токугава дала этой группе смысл служения и систему подготовки к нему.

В затяжных войнах между кланами воинский дух сам собой распространился во всех сословиях, а этика самурая стала понятной и доступной всем слоям японского общества. Но не всякий готов был стать самураем и рисковать жизнью. Определенный «консенсус» сложил традицию, в которой каждому было понятно, что самурайские привилегии (крайне скудные у подножия сословной пирамиды) обусловлены жертвенный служением – смертоносный меч защищал жизнь, честь и мир.

В эпоху Токугава понятие «бусидо» приобрело более ясные очертания (первое его употребление относится к VIII веку). Разного рода трактаты (начиная с XVII века) стали руководством к действию сословия самураев, которое теперь в основном было занято государственной службой. Боевые искусства сконцентрировались в школах, позволявших поддерживать дух воинского сословия и готовность к войне.

Век войн оставил в самурайской этике неизгладимый отпечаток. Главным для воина была храбрость, но не верность господину. Ведь господин мог погибнуть, его армия могла потерпеть поражение и быть рассеянной. Поэтому формализация кодекса верности была особенно актуальной для периода мира. Вместе с тем, как считалось, подвиги прежних мастеров меча прощали им непоследовательность в служении господину и несоответствие некоторым положениям позднее разработанного этического кодекса. Коль скоро мир не давал самураю случая повторить подвиги предков, он обязан был концентрироваться не на их критике, а на достижении собственного достоинства – компенсировать отсутствие военных достижений демонстрацией верности господину и другим правилам поведения. При этом правила поведения менялись от века к веку – чем дальше отодвигалась эпоха войн.

Кодекс бусидо изначально включал в себя учение дзэн (с рубежа XII-XIII вв.), доступное воинам в силу своей простоты (по части ритуальной практики) и полезности, с точки зрения военного искусства - как средство медитации, концентрации и самоконтроля. Вместе с тем, наиболее прагматичные школы боевых искусств предпочитали «не повторять древних слов» и давать конкретные технические навыки, тактические и стратегические умения для ведения войны, сражения или поединка. Этим объясняется разнообразие школ боевых искусств, каждая из которых выбирала свою меру духовных практик и их приложения к техническим приемам владения мечом или схватке без оружия.

Кодекс верности господину оказывался средством консолидации воинского сословия, но в то же время затруднял контроль сёгуна за своими вассалами, между которыми то и дело вспыхивала вражда, а отношение между самураями постоянно балансировали на грани кровавых схваток, возникающих здесь и там по любому поводу – точно так же, как и дуэли дворян в европейской истории. Переход от удельной к общенациональной консолидации состоялся только в XIX веке, когда давление внешних сил вынудило Японию к открытию для международных контактов и потребовало



сплочения против иностранной экспансии. Императорская власть, служившая многие века только своеобразным украшением жизни и данью древней традиции, вдруг стала важнейшим элементом японского государства.

Бусидо стал консолидирующим принципом, соединяющим разнородные провинции в японскую нацию. Сословие самураев пребывало во главе реставрации власти императора и, отдав все жизненные силы общественной трансформации и удержанию традиции от разрушения, превратилось в общенациональную аристократию. Самурайский дух и кодекс бусидо позволили революции Мэйдзи стать национальной, а не только социально-политической, - то есть, настоящей реставрацией.

Кажется, что кодекс бусидо потерпел поражение во Второй мировой войне. Между тем, это было поражение перед лицом превосходящей технической мощи – точно так же русские моряки, демонстрируя беспримерное мужество, были разгромлены в Цусимской битве с японским флотом, построенным лучшими европейскими мастерами и вооруженным принципиально более могущественными средствами, которым русским в тот момент нечего было противопоставить. В таком поражении нет позора, зато в нем масса самоотверженных подвигов, память о которых – важнейший элемент национального самосознания.

Япония не смогла противостоять военной мощи США и атомной бомбардировке. Бусидо бросал в бой тысячи героев, но большинство из них погибало, так и не добившись результата. Летчики-камикадзе только на некоторое время сдержали наступление американских авианесущих флотов, но не смогли их остановить. Ядерному оружию не мог противостоять

воинский дух, имевший на вооружении только средства доядерной эпохи. Воинский дух одинок и бесплоден, если лишен технической мощи, созданной трудом ученых, промышленников и рабочих, если солдат не накормлен, офицер не знает ценностей национальной культуры, а генерал лишен представлений о современной стратегии.

Послевоенное возрождение Японии связано с новым проникновением бусидо во все слои общества. Общенациональная трагедия дала возможность трактовать бусидо как кодекс чести любого гражданина, готового защищать Родину, подражая подвигам предков. Самураем мог быть каждый, даже не обращаясь к воинской службе. Мужчина должен быть самураем, чем бы он ни занимался. Это соответствовало древней трактовке бусидо, когда в эпоху гражданских войн доблесть ценилась выше знатности.

Один из талантливых интерпретаторов принципов бусидо Дайдодзи Юдзан (1639-1730) писал: «Наша страна отличается от всех остальных земель тем, что даже последний из людей, крестьян, ремесленников и торговцев всегда хранит какой-нибудь заржавленный клинок, в чем и проявляется воинский дух Великой Японии».

Мастер меча Миямото Мусаси (1584-1645) также на склоне лет черпал вдохновение для своих мыслей в простых профессиях, полагая, что принципы бусидо присутствуют в любом мастерстве, ибо и плотник – тоже самурай. Любая профессия открывает Путь.

Дикий Запад не может проникнуть в смысл бусидо, чтобы почерпнуть в древних принципах Востока нечто полезное для себя. Русским не стоит идти по этому пути – либо отбрасывать Восток как наскучившую диковинку, либо увлекаться им до одури, забывая собственные национальные ценности. Мы вполне можем отделись вредное для нас от полезного и воспринять последнее, освоив восточную мудрость и превратив ее в собственное достояние.

Сказочные герои японцев

Японский народный эпос лишен того героизма, который мы знаем по русской и европейской традиции. Примитивные легенды о происхождении вещей – чуть ли не самые красочные в японской мифологии. Самураи из этой мифологии вряд ли могут вызвать интерес у европейца и служить нравственным примером. Борьба культурных героев с фантастическими существами изобилует жестокостью (например, в легенде, согласно которой «герой» в качестве приманки для бога грома использует хладнокровно убитую к этому случаю девушку). Подобные ужасы встречаются в европейских сказках, но не в русских.

Легендарные герои добиваются успеха и совершает подвиги вовсе не



так, как русские богатыри, предпочитающие честный бой. Первый герой японского эпоса Ямато Такэру прославился страшным убийством своего брата-близнеца. По преданию его отец император попросил привести брата на трапезу. Принц задушил брата, потом оторвал ему конечности и выбросил. Император не нашел ничего лучшего, чем отправить принца совершать подобные «подвиги» куда-нибудь подальше. Двух непокорных храбрецов братьев Кумасо он убил, переодевшись женщиной. В другом случае Ямато расправляется с разбойником, вложив ему в ножны деревянный меч, а потом предложив помериться силами. В русском былинном эпосе подобные «хитрости» встречаются только в неравном бою. Русской богатырской мощи хитрость претит, русский требует открытого поединка.

Ямато было мало убить. Пронзенного кинжалом соперника он разрезал еще и надвое «как спелую дыню». Все его подвиги – сплошные зверские убийства. Ямато убивает даже божество горы, превратившееся в оленя, которого поразил веткой прямо в глаз. С точки зрения европейца, вся история Ямато – история жестокого убийцы, варвара.

Японский эпический герой – силач и добряк Бэнкэй в юности был буддийским священником, но закрутил роман с красавицей, потом украл



огромный колокол из соседнего монастыря, и наконец, вовсе решил стать чем-то вроде Соловья-разбойника из русской сказки – сидел у моста, который трудно было миновать, и убивал самураев, коллекционируя их мечи и мечтая набрать не меньше тысячи. От этой затеи, когда осталось отобрать у очередного соперника последний меч для коллекции, его избавил другой мастер меча Минамото Ёсицунэ, победивший разбойника ловкостью и вынудивший его стать своим вассалом. Исторический персонаж Ёсицунэ был убит по приказу своего единокровного брата Ёритомо (факт, относимый к 1189 году). Отсеченную голову Ёсицунэ принесли брату в лаковой шкатулке, заполненной сакэ. И это было проявлением уважения к

убитому за его знатность и заслуги.

Простонародное восхищение силой переходит у японцев и в аристократическую моральную норму: «Путь лежит в более высоких пределах, нежели праведность». Высшее предназначение самурая вне праведности – эта установка эпохи гражданских войн позволяла многим самураям одолевать врага коварством. Позднее японцы стали ценить добродетель больше, чем доблесть. И все же доблесть вызывала уважение даже без добродетели: самураи прославлены молвой за участие во вздорных потасовках, гораздо реже - в битвах и поединках.

Кодекс бусидо гласит, что самурай, чей долг состоит в преследовании грабителей и воров, не должен подражать путям этих преступников. И все же многое в повадках средневековых самураев, описанных в японском эпосе и литературном наследии, для нас трудно отделимо от повадок разбойников.

Неоднозначность японских героев в полной мере может быть прослежена и в восприятии японцами исторических персонажей.

Задира Миямото Мусаси

Уже упомянутый нами Миямото Мусаси (1584-1645) – достаточно характерная личность для переходной эпохи, когда еще требовались лихие рубаки для участия в битвах, но воинский дух все чаще демонстрировался в дуэльных схватках.

Судьба Миямото покажется любому европейцу изломанной, подобной судьбе какого-нибудь «джентльмена удачи». Он с ранних лет проявил невероятную агрессивность и уже в 13-летнем возрасте вступил в драку, которая закончилась для его противника смертью. В дальнейшем Миямото путешествовал, затевал потасовки или вызывал на дуэль знаменитых фехтовальщиков. На его счету более 60-ти только дуэльных побед, подавляющее большинство их которых закончилось смертью противника.



Миямото периода своей бурной юности – чрезвычайно отталкивающая личность. В нем нет ни жалости, ни уважения к противнику. Он как будто намеренно жил так, чтобы вызывать к себе омерзение у благородных самураев – ходил немытый и нечесаный, а свои победы норовил одерживать самым оскорбительным для противника образом, противника добивал, когда тот был повержен и беспомощен.

Точно неизвестно, чем досадила Миямото семья Йошиока, но он последовательно вызвал на поединок трех братьев и убил их. Последний пришел расправиться с Миямото в сопровождении

слуг. Но Миямото ответил своей «военной хитростью» - напал на противника из засады и зарубил его, а от слуг отбился и убежал.

На поединок с Сасаки Кодзиро, автора техники меча «пируэт ласточки» Миямото вышел после большой попойки и с обломком старого весла, который был лишь слегка обструган по дороге на место схватки. Этим веслом Миямото убил прославленного воина. Удар меча Сасаки Кодзиро лишь рассек повязку на голове задиры и пояс. Не обращая внимания на свалившиеся штаны, победитель устроил дикую пляску над телом поверженного противника. С тех пор Миямото предпочитал забивать своих противников насмерть именно деревянным мечом.

Не раз Миямото менял своих хозяев, участвуя в битвах гражданской войны и порой воевал против того, за кого выступал еще совсем недавно. В юности он воевал на стороне могущественного клана Асикага, а позднее – на стороне клана Токугава в войне против Асикага.

В пятидесятилетнем возрасте Миямото удалился от мира, занявшись исключительно совершенствованием в искусстве меча. Он жил в пещере, не соблюдая элементарных норм гигиены, что для средневекового самурая было делом совершенно невозможным. Миямото отказался даже от привычной самураю ванны – чтобы не дать себя застигнуть без оружия. На склоне лет Миямото создал свою боевую систему. Его трактат «Книга пяти колец» («Горин-но Сё») дает лишь некоторые намеки на суть этой системы, но для японцев до сих пор служит хранилищем мудрости – рецептом жизни, аналогичным боевым умениям.

Миямото Мусаси не обращался к этическим наставлениям, но все искусство меча обращал к убийству. Лишь иногда он напоминал своим последователям, что Путь смурая должен основываться на превосходящем человеческое. Молва также приписывает Миямото искусство каллиграфии, живописи, поэзии, оружейного дела. Вероятно, это было следствием моды на предание об универсальном самурае и отчасти объясняется готовностью безвестных авторов к подделкам, превращавшим их произведения в ходкий товар.

Герои резни в Эдо

Резня в Эдо (современный Токио) 1702 года исходным событием имела нападение Асано Наганори на престарелого церемониймейстера при дворе сёгуна Кира Ёсинака. Асано прямо в покоях сёгуна обнажил свой меч, набросился на старика, рассек ему лоб, а потом погнался за ним и еще дважды достал клинком плечо своей жертвы. Асано с трудом скрутили. Наказанием за безобразие во дворце сёгуна была избрана сэппуку, клан Асано распускался, а владения конфисковались. Так власть расправлялась с теми, кто пытался сохранить старинный обычай мести за всякие пустяки, смысл которых утрачен и, кажется, не имел особого значения и для самих мстительных самураев. Только театральные «версии» придумывают, почему Кира «плохой» – то ли соблазнил жену Асано, то ли выставил его

неотесанным дурнем перед послами императора. Но это такие же версии, как и современные газетные интерпретации событий.

Для русского человека дикой покажется и сцена погони за стариком по коридорам дворца – без причины и смысла, и жестокость наказания не только зачинщика безобразия, но и его слуг. Японский менталитет, напротив, не ищет в событии никакого смысла или оправдания. Для него месть оправдана сама по себе – в особенности, когда ее осуществлению препятствует смертельная угроза, а мститель пренебрегает ею и даже не собирается от нее каким-то образом уклониться. Удивительно, но перед этим уважением к мести бледнеет даже позорные для самурая промахи меча Асано – он лишь три раза слегка зацепил Кира. Вероятно по причине того, что вынужден был применить короткий меч вакидзаси, а не длинный боевой меч, который в помещениях дворца носить было запрещено. Данное обстоятельство толком не разобрано в японском предании, поскольку оно ровным счетом никого не интересовало.

Итак, с казни Асано начинается история «резни в Эдо» или «история преданных вассалов». Если месть 47 самураев, служивших Асано, власти считали верхом безумства и произвола и даже запрещали упоминать имена преступников в традиционной японском театре Кабуки, то народная молва, напротив, сохранила эту историю как образец самого достойного поведения – преданности господину. Преданность выразилась в том, чтобы сначала обмануть внимание властей, разбредаясь по стране и ведя распутный образ жизни, а потом неожиданно собраться вместе и ворваться в покои своей жертвы... Нет, не сёгуна, казнившего хозяина, а несчастного Кира Ёсинака!

Кстати, ронинам, осуществлявшим месть, пришлось переступить даже через уважение и любовь к своим семьям, которые оставались без средств к существованию. Противоречие между «гири» (верность господину) и «ко» (принцип сыновьей почтительности) разрешается самим фактом эпической мести. «Верные самураи» перебили слуг Кира – некоторые сражались весьма стойко – и отрезали голову самому Кира. Затем принесли эту голову на могилу Асано и отправились пить сакэ, ожидая ареста и неизбежной смерти. Ждать им пришлось недолго – все они были приговорены к сэппуку и последовали вслед за своим хозяином.



Осуждение «преданных вассалов» в общественном мнении не состоялось, хотя во время разбирательства им предъявляли претензии нравственного порядка – за то, что они не совершили сэппуку сразу после мести, за то, что они не попытались отомстить непосредственно после смерти своего хозяина и др. В целом месть выглядела скорее заранее спланированным мятежом. Общественное мнение лишь смягчило приговор: не позорная казнь, а сэппуку – почетное подобие самоубийства самурая.

Интересна типология самурайского героизма, затмевавшая собой реальных участников «резни в Эдо». Одни из них – грубоватые рубаки, другие – воины-интеллектуалы, третьи – старики, внезапно демонстрирующие чудеса фехтовального искусства. Физическая немощь, субтильность, приобщенность к небоевым искусствам для японцев служат скорее камуфляжем для силы духа и мастерства воина. Объединяет все эти типажи невозмутимость – безразличие к своим подвигам. Самураи оставляют победу в поединке над очередным врагом без внимания. Поверженный противник для них неинтересен. Самые любимые самурайские персонажи – мягкие и обходительные, мастера каллиграфии и музыканты, чьи обыденные черты как бы скрывают виртуозное владение оружием. Грубая сила никогда не встречала у японцев одобрения. Утонченная хитрость или коварство – вот чем самураи одолевали силачей.

Деталировка боя в описаниях подвигов «преданных вассалов» отсутствует – все авторы ограничиваются метафорами. Характерно, что и в трактатах по боевым искусствам детали исчезают. Умение владеть мечом подобно чуду – часто встречающаяся метафора при описании схватки: «боги появляются, демоны исчезают».

Личные переживания для самурая считались чем-то постыдным. И только перед смертью ему положено было писать пронзительные своей краткостью и образностью стихи, выражая последнее чувство перед небытием – своеобразное завещание. Главный их мотив – спокойная готовность к смерти, сквозь которую все же пробивается щемящая тоска по жизни.

Эта достаточно убогая и совсем не романтическая история, с точки зрения русского человека, для японцев оказывается источником вдохновения – целого культурного пласта, выраженного в устных рассказах (на специальных уличных «шоу»), представлениях театра Кабуки, в изобразительном искусстве и т.д. – вплоть до наших дней. В ней, правда, нет ничего, проливающего свет на боевые искусства. Зато есть определенный этический стандарт, демонстрирующий удивительное для нас сочетание бунта и покорности, коварства и самоотречения. Одно мы можем принять, другое обязаны отвергнуть. Для русского в этой истории неприемлемы все мотивы поступков «верных самураев», но сами поступки – имей они иные мотивы – могут быть образцом воинского стоицизма, верности и долга.

Мятежный герой Сайго Такамори

Европейцу трудно представить более противоречивую фигуру, чем Сайго Такамори (1827-1877), который стал в Японии признанным



национальным героем. Происходя из низшей категории самураев, он верно служил сыну даймьё провинции Сацума и немало сделал, чтобы поддержать его против незаконнорожденного претендента на этот пост. После смерти своего господина Сайго пытался покончить с собой. Но не ритуальным образом - путем сэппуку, а утопившись в море. Эта попытка не удалась. Друг Сайго, разделивший его намерение, захлебнулся, а Сайго все-таки удалось привести в чувство. Удивительное дело, но после тяжкой ссылки и забвения, ему удалось занять весьма важное место при самозванце Хисамицу и утешать себя тем, что его долг служения господину продолжается в служении его преемнику.

Тем не менее, это служение было не столь верным, как следовало бы из самурайской этики – Сайго очутился среди сторонников восстановления власти императора и отмены системы сёгуната, а потом и сословия даймьё. При этом он же был одним из организаторов разгрома «легитимистов» княжества Тёсю, пытавшихся отбить дворец императора у сил сёгуна. И тут же смягчил участь Тёсю, добившись переговорами того, что полагалось выбивать из княжества вооруженным путем – выдачи нескольких зачинщиков восстания и контрибуции.



Затем, поворот событий привел Сайго в лагерь тех же самых «легитимистов» в качестве командующего силами Сацума, действовавшими в коалиции против сил сёгуна. Победа (1868 г., революция Мэйдзи) поставила Сайго на вершину вновь создаваемой государственной иерархии. Но участие в создании новой бюрократии тяготила Сайго, он отправился в отставку и уехал на родину, где всем своим видом демонстрировал скептическое отношение к реформам государственного устройства – то есть к тому, за что он боролся многие годы. Он не принял ликвидацию самурайского сословия, хотя это и было прямым следствием восстановления власти императора. В 1877 году Сайго возглавил самурайское восстание – с формальной целью прибыть в столицу и

потребовать отчета у правительства. Реально это было выступление против императорской власти.

Восстание сильно запоздало и явно не было рассчитано на военную победу. Отмена самурайских привилегий состоялась еще в 1872 (введение закона о всеобщей воинской повинности), и боль утраты в бывшем воинском сословии в значительной мере притупилась. Восставшие самураи скорее намерены были продемонстрировать свою волю к смерти, чем превосходство над армией императора. Они не продумывали системы снабжения своих войск и достаточно быстро лишились возможности применять огнестрельное оружие. Подавление восстания превратилось в разгром национальной армией средневековых отрядов непокорных самураев, сражавшихся почти исключительно одними мечами. При этом восстание под предводительством Сайго оказалось одним из самых кровавых за всю историю Японии.

Облик Сайго – далеко не типичный для Японии. При росте около 180 см. он весил 120 кг. и считался богатырем среди низкорослого населения. От этой нездоровой полноты Сайго часто болел, что для самурая было унизительным и нетипичным. В то же время типичной среди самураев была его частная жизнь – достаточно равнодушное отношение к семье и детям, но страсть учить чужих детей; пренебрежение супружескими узами и нескромные отношения с любовницами. Сайго совершенно не смущало (и японцев, кажется, тоже), что одна из его любовниц, с которой отношения открыто продолжались многие годы, звалась за свои крупные формы «королевой-свиньей». Все эти детали частной судьбы отступили как несущественные перед мифом, превратившим Сайго в героическую фигуру.



Посмертно Сайго был оправдан и превратился из мятежника в героя и образец добродетели. Смерть повстанцев прославила самурайскую традицию и ввела ее в качестве неотъемлемого элемента в современное японское общество. Именно это и является причиной прославления Сайго, вопреки его крайне путаной биографии и непоследовательной политической позиции. Его

образ был мифологизирован и стал национальным идеалом, связующим разные исторические эпохи в фигуре скромного, милостивого, честного и отважного «последнего самурая». Восстание, во главе которого он стоял, было не против императора, а против коррупции и несправедливости правительства и неравноправных договоров с иностранными державами.

Сайго Такамори для японцев стал почти божеством. Японский герой, как считала впечатлительная японская публика, перевоплотился в Марс. Его божественное восхождение подтверждало и наблюдение за появившейся кстати кометой.

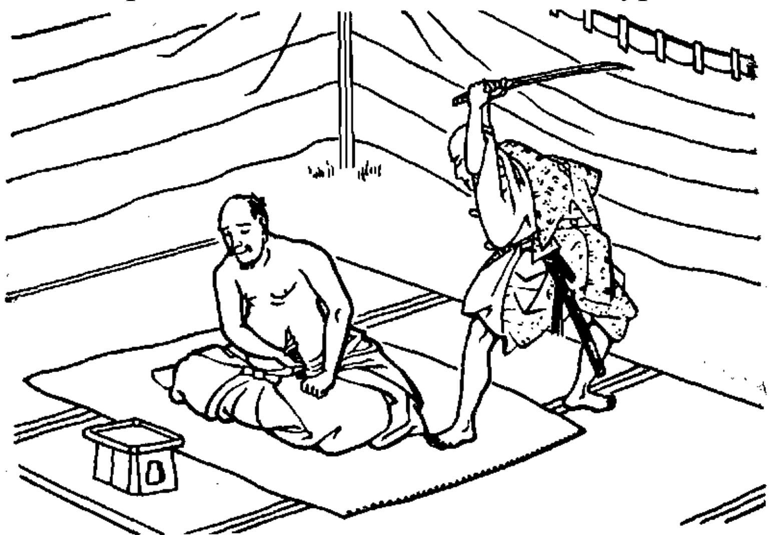
Размытая граница между дольним и горним миром – признак японского менталитета. Грозный при жизни противник мог вернуться на время в среду живых и расправиться со своими обидчиками. Легендарный Сайго, как считалось, мог к тому же вовсе не погибнуть, а ускользнуть в Китай или даже в Россию, где тайно собрать новую армию, чтобы рассчитаться с негодным правительством.

Легендарная слава и разнообразные страхи и домыслы привели к тому, что через 12 лет после смерти культ главаря восстания стал официальным, а все преступления Сайго против государства были прощены. Негативная антиправительственная мифология превратилась в позитивную и стала одним из факторов национальной консолидации.

Русскому человеку в подобных жизнеописаниях трудно найти для себя нечто привлекательное. Но есть в них немало поучительного. Прежде всего, урок достойной смерти, стирающей все грехи и обращающей многие недостатки в своеобразные черты героя. И наиболее значительный урок – принятие национальной истории во всей ее полноте, позитивная мифология для национальных героев, консолидация нации вокруг государственного культа этих героев.

Дикая повседневность самурая

Кровавые обычаи японских самураев, сохранившиеся вплоть до конца XIX века, сопоставимы разве что с европейскими средневековьем.



Обычай отрубания голов, пришедший из Китая, – обыденность японского эпоса и всех схваток самураев. Голову врага, особенно если это была важная персона или сильный воин, преподносили своему господину. После сражения кучи голов, отрубленные у павших солдат противника, демонстрировали как

свидетельство победы и важную часть трофеев. Голова как подарок повелителю была доказательством преданности самурая и его превосходства над другими, менее успешными в бою вассалами.

Самурайская школьная система годзу имела свои страшные черты – не только корпоративная замкнутость каждой школы и враждебность к другим школам, но и жестокие «игры», придуманные для детей, начиная с 5-6 лет - именно с такого возраста мальчик получал от отца меч вакидзаси, толком еще не понимая, когда и для чего его можно применять. Стойкость духа воспитывалась в годзу коллективным избиением одного из учеников. С раннего возраста будущие самураи учились драться чуть не до смерти деревянными мечами боккэн. Для юношей устраивались своеобразные соревнования хиэмонтори – после казни преступника участники состязания набрасывались на труп и стремились наперегонки откусить или оторвать у него ухо или палец. Победителю доставалось право попрактиковаться на трупе своим мечом. Этот обычай сохранялся до середины XIX века.

Убийство у средневековых самураев не было самоцелью, но иные законодатели нравственных принципов рекомендовали шлифовать искусство меча, отрубая головы у осужденных преступников. Мол, очень полезно к случаю нарубить десяток голов.

Уважение самурая к другому самураю не простиралось так далеко, чтобы считать поверженного или плененного врага достойным человеком. В легендарной истории, которую относят к XII веку, некий Таэмэтомо, дядя героя Минамото Ёсицунэ, славился как замечательный лучник. Враги, взяв его в плен, решили почему-то не лишать его жизни. Зато долотом выбили руки из плечевых суставов – чтобы он больше никогда не смог натянуть тетиву лука. В этой легенде нет указания на причины столь варварского поступка: было ли в поведении Таэмэтомо что-либо настолько недостойное, чтобы отомстить ему таким образом: обречь прославленного воина на жизнь жалкого калеки?

Немало скажет нам о самурайской этике допустимость в среде самураев гомосексуальных отношений. Такие отношения расценивались как вполне приемлемые, если заявлялись серьезно и на длительное время. Гомосексуальная семья считалась почти такой же, как и гетеросексуальная. Все этические нормы для гетеросексуальной семьи переносились на гомосексуальную. Если эти нормы соблюдались, никакого морального порицания быть не могло. Допустимость гомосексуальности проявлялась также во внешнем виде: выбритый лоб (ранее это делалось для удобства надевания шлема) означал готовность к сексуальным отношениям не только с женщиной, но и с мальчиком. Длинная челка – либо асексуальность, либо пассивный гомосексуализм. Гомосексуализм был обычным делом в школах годзу для детей самураев, и беспокойство этим фактом возникло в японском обществе только в конце XIX века. До этого гомосексуальность считалась либо нормой, либо даже продолжением отношений воинского братства: отдавать свою жизнь во имя другого человека — вот основной принцип мужеложства. Если он не соблюдается, это позорное занятие, - внушали

самураю. Если же он соблюдается, у тебя не осталось того, чем бы ты еще мог пожертвовать во имя своего господина.

Ихара Сайкаку, один из законодателей бусидо писал: «Подросток без старшего любовника — все равно что женщина без мужа». В средневековом кодексе бусидо говорилось, что молодой человек должен проверять старшего в течение, по крайней мере, пяти лет. Если за это время он ни разу не усомнился в его хороших намерениях, тогда он может ответить ему взаимностью. С непостоянным человеком невозможно установить хорошие отношения, потому что он скоро изменит своему любовнику.

Самурайская повседневность ничему доброму нас научить не может. Да ведь и в собственной повседневности мы по большей части видим вовсе не уроки нравственного поведения, а скорее поводы для стыда за свой народ. Совершенно иные поводы создаются подвижниками и героями, позитивной национальной мифологией. Поэтому копировать повадки простонародья или повседневных привычек средневековых самураев (а средневековье в Японии было отменено только революцией Мэйдзи в 1868 году) – сущая нелепость. Нелепо обрядиться в хакаму (традиционная японская юбка-штаны) и расхаживать по улицам современного города, нацепив самурайский меч и намереваясь пустить его в дело по самому малозначительному поводу. Вряд ли кому придет в голову, что для полноценного овладения самурайским духом надо непременно срубить кому-то голову и предаться содомии.

В то же время многое из японской традиции (опять же далеко не всё) вполне приемлемо на татами, где воспитывается определенный духовный настрой и подкрепляющая его техника боевого искусства. Даже ритуальный поклон в адрес сэнсэя и портрета основателя стиля. Ведь в этом ровным счетом нет никакого религиозного чувства или преклонения перед чуждыми ценностями. Воспитание русского духа пригодными для него японскими методиками – дело достойное, но пока, увы, недостаточно оцененное в русской общественной среде.

Символизм и искусство меча

Меч дарован японцам Небом – так гласят их легенды. Но владению мечом им, согласно тем же легендам, обучили странные существа тэнгу («небесные собаки») – лесные жители полулюди-полуптицы с огромными носами. Это явно образ тех, от кого плосколицые японцы научились многому. Эти чужаки с признаками совершенно иного антропологического типа не были враждебны и жестоки к японским племенам – тэнгу незлобливы и любят пошутить. В то же время любят похищать людей, летать с ними по воздуху и возвращать домой напуганными чуть не до смерти. Это самое неприятное, чем досаждали японцам тэнгу.



Японская поговорка гласит: «Выходя из своих ворот, веди себя так, как если бы в твоем поле зрения находился враг». Средневековые приверженцы меча порой доходили до того, что надевали тупой или деревянный меч даже когда принимали ванну. Жесткие правила иерархии эпохи Токугава позволяли носить два меча только самураям. Всем остальным дозволялся только короткий меч.

Миямото Мусаси писал: «Искусство меча, если его практиковать как будто оно пригодится в любую минуту, может пригодиться тысячи раз». Можно добавить, что это искусство для современной жизни может многократно пригодиться даже порой совершенно незаметно – не только разрешением какой-либо конфликтной ситуации, но и созданием условий, когда конфликт не возникает. Оружие дисциплинирует, когда оно связано с искусством – обучением, приближающим к совершенству. Дисциплина дает уверенность в себе, а уверенность уважаема – не всякий рискнет проверить самурая в деле, которое может обернуться смертельной схваткой.

Трактаты средневековых мастеров без обучения у тех, кто способен их интерпретировать, мало что дают к пониманию искусства меча и боевых искусств в целом. Тем не менее, отдельные важные принципы из этих трактатов можно почерпнуть. Например, Миямото затронул некоторые важные стороны боевых искусств, которые зачастую ускользают из систем обучения, где есть увлеченность либо деталями техники, либо приближенными к боевой ситуации поединками.

Психотехника. Миямото пишет о невозмутимости, отсутствии ярости в душе - состояние сердца должно быть неизменно в мире и войне. Ничем не переполняй сердце с избытком, не привязывай сердце к телу. Даже если торопишься, сердце должно быть спокойным. Стань «телом скалы»: ничто не сможет поразить тебя.

Другие японские авторы, напротив, говорят о необходимости нести в себе дух агрессии, чтобы сознание было привязано к смерти. При этом следует сохранять спокойствие снаружи и боевой дух изнутри. И даже свое тело превращать лишь в приманку для меча противника.

Одни школы искусства меча (включая самого Миямото) в значительной мере предполагали пренебрежение обороной: «просто заруби его!» Иные (например, школа Синкагэ, основатель Ягю Мунэнори, 1571-1646), напротив, исповедали оборонительную тактику и искусство противодействия агрессии с минимальным ущербом для себя и для противника. Здесь предпочитали для тренировок бамбуковую имитацию меча, формальные упражнения ката и принцип муто – противостояния вооруженному противнику без оружия, а также принципы дзэн-буддизма.

Оба варианта приемлемы в современности – одна для подготовки спецназа, другая – для «полицейских» или гражданских ситуаций, когда не ставится задача непременно убить или покалечить противника.

Тактика. Миямото замечает необходимость поймать ритм схватки и войти в него, как бы разрушая ритм противника – внедряясь в промежутки между его действиями. Надо заставить противника потерять свой ритм и не дать опомниться. Если ты будешь только отвечать ударом на удар, получится только звук мечей. Ты должен наносить удар, когда противник еще только замахнулся, а если он ударил, то, отразив удар, не дать ему ударить вторично. Имитируй атаку и узнаешь уровень противника и его замыслы. Покажи расслабленность и вялость духа, а потом внезапно атакуй, уловив слабину в противнике. Угрожай позой, мечом, голосом. Делай то, что противник не ожидает. Любой ценой захватывай инициативу. Не повторяй один и тот же прием.

Техника. Миямото предлагает для мастеров высокого уровня разнообразие типов технических приемов – мягких и жестких, быстрых и медленных. Сильный удар медленнее слабого. Длинный меч силен, но медленнее короткого. Промедление вредно, но и быстрота не идет в прок, если не совпадает с ритмом вещей. Мастер выглядит неспешным, но действует своевременно.

Высшая стадия владения боевым искусством наступает, когда все уроки мастеров перестают действовать. Потому что план боя разрабатывают сознанием (в процессе обучения), а исполняют духом (в бою). Согласно принципам бусидо, вы начинаете с учения и достигаете той точки, где учения уже не существует. Освоив формы, вы избавляетесь от них, уже не зная, где прибывает ваш разум. Поняв все принципы, не даете ни одному из них задержаться в вашем сознании. Отсеките их один за другим, сохраняя сознание пустым, чтобы действия направляло естественное сознание, которое ничто не в состоянии застать врасплох. Движение исчезает из сознания, и вы делаете все правильно бессознательным образом. Разум движется за миллионами образов – следует за движениями противника, не задерживаясь ни на одном из них.

Трудно знать искусство меча единственно с помощью навыков владения мечом. Обретая принципы, от них следует отстраняться. Освобождаясь, ты обретаешь чувство ритма - естественно наносишь удар (вразрез с ритмом противника) и естественно защищаешься.

В этих установках, имеющих значение не только в боевых искусствах, угадывается буддийский принцип пустоты и неизмененного сознания. Восточная мудрость гласит: есть логика в низвержении того, что достигло своего предела. Так и обучение любому мастерству достигает своего предела, за которым кончается ученичество у мастеров и начинается обучение у самого искусства, где уже нет предела совершенству.

Ясность сознания – это его естество. Так следует судить любому русскому человеку. Единственное отличие от японских принципов состоит в том, что русский никогда не должен считать ученичество законченным. Если японский мастер может почувствовать достижение предела, то русский должен понять ложность этого чувства. В современных восточных единоборствах также считается, что предел практически недостижим. Строгое ученичество – бесспорный удел подавляющего большинства мастеров единоборств, и только единицы позволяют себе вольные трактовки освоенного стиля. Согласно бусидо, человек осознает бесконечность проникновения в глубины избранного Пути и никогда не думает, что добился совершенства.

Искусство меча для японцев – основа общих представлений о жизни. Тезис «ян» и антитезис «инь» встречаются и в боевых искусствах – их нужно принять и совместить в процессе обретения мастерства. Движение – ян, покой – инь. Инь и ян должны проявляться раздельно снаружи и внутри, но объединяться в понимании Пути. Также и искусство мира и искусство войны – как два колеса повозки, которая без одного из них опрокинется. Если меч постоянно обнажен, то человек станет размахивать им; люди побоятся к нему приближаться, и у него не будет союзников. Если меч постоянно находится в ножнах, он заржавеет, лезвие затупится, и люди будут соответствующего мнения о его владельце.

Искусство меча, бесспорно, уважалось в Японии, но не до такой степени, чтобы противопоставлять его общим установкам на служение и почитание. Что бы самурай ни делал, он всегда будет помнить о чем-то одном: в отношении господина — преданность; в отношении родителей — сыновнее почитание; в отношении боевых искусств — смелость. Всегда следует вести себя так, гласит бусидо, словно нет никого, кто превзошел бы тебя в воинской доблести, всегда считать себя лучшим и постоянно укреплять в себе храбрость. Ты должен быть уверен, что если тебя убьют в бою, то твой труп будет обращен лицом к врагу.

Все исходит из Пути, а Путь – в одержимости. На Пути не нужно ни преданности, ни почитания, а нужна только одержимость. Преданность и почитание придут вместе с ней. Что касается боевых искусств, то и здесь смелость, решительность – важнее техники меча. Отчасти это верно. Современные мастера иной раз забывают о психологической подготовке.

Поэтому их ученики часто терпят поражение в уличных схватках и не готовы к смертному бою.

Одержимость не противоречит рассудочной подготовке к бою. Воин должен готовиться ко всему заранее. Даже в повседневных делах проявляется глубина души. В искусстве войны также необходимо тщательно готовиться. Кто хорошо продумывает свою стратегию, избегает сражения. Кто хорошо воюет, никогда не умрет в бою.

Русскому воинскому символизму не хватает образа национального оружия. Если скифам была дарована булава, упавшая с неба, японцам – меч, то какое символическое оружие дано русским? Возможно, это прямой обоюдоострый меч, дополненный кольчугой и островерхим шлемом (с которого, напомним, была «списан» русский головной убор, впоследствии получивший название «будёновка», но почерпнутый с царских военных складов). Нужны новые спортивные варианты национальных единоборств, соединенные в систему подготовки солдата и гражданина. Символ приобретает огромную силу именно в системе, где он наполняется историческими смыслами и практическими переживаниями спортивного или реального боя.

Этика самурая

Самурайская этика требует подлинности намерений и воплощения их в деяниях. Сами намерения тоже, впрочем, ценны. Приверженцы бусидо считали: если людей разборчивых будут считать интриганами, людей дальновидных будут считать трусами, людей с грубым поведением будут ошибочно принимать за настоящих воинов, то эти представления совершенно неправильны. Последнее особенно важно. Грубость всего лишь скрывает духовную немощь.

Дайдодзи Юдзан (Сигэксэ) в своем собрании наставлений на воинском пути («Будо сёсин-сю») писал: «Тот, кто не храбр, будет лишь на вид предан и почтителен к своему повелителю и родителям, не имея никакого искреннего намерения таковым оставаться. Безразличный к правилам своего хозяина и склонностям родителей, он будет слоняться без дела там, где ему быть не следует, занимаясь тем, чем не должно, во всем ставя на первое место собственные желания. Он любит спать и утром, и в полдень, и особенно не любит учиться. Что касается воинских искусств, то он не знает все из них, но ненавидит их практиковать, лишь хвастаясь своим умением и тем, чего в действительности не может, переполняемый стремлением удовлетворить какую-нибудь свою пустую страсть. Он тратит любые деньги на роскошные пиршества, выбрасывает на ветер свое содержание и сбережения, не заглядывая в будущее. Но там, где ему действительно следует потратиться, он прижимист».

Дайдодзи предостерегает от следования словам героев. Ведь оправдать слова можно только делами: «Были хвастуны старых времен, люди, совершавшие великие дела. Сегодняшние же хвастуны – это те, кто никогда

не надевал кольчуги, кто проводит свое время, сидя с друзьями и знакомыми, обсуждая недостатки управления своего хозяина, указывая на неудачи советников и посланников и, безусловно, не упуская случая вспомнить промашки своих товарищей, подчеркивая в то же время свое превосходство. Такие пустословы живут в совершенно ином мире, чем храбрые хвастуны прошлого, и их совершенно правильно определяют как злословящих или трескучих глупцов».

Японское предание гласит, что в Китае когда-то был человек, который любил драконов, и поэтому украшал свою одежду и мебель их изображениями. Но когда перед окнами его дома появился драконий бог, китаец умер от страха. Бусидо напоминает, что есть много людей, которые почитают себя полноправными воинами на том лишь основании, что занимаются боевыми искусствами и набирают себе учеников. В сравнении с истинными самураями это жалкие люди. В то же время в современной России мы имеем еще более глубокую формулу упадка: воинский дух у нас порой связывают с предельной наглостью, развязностью манер, сквернословием (которое пропитывает армейскую среду сверху донизу), немотивированным насилием и запредельной жестокостью.

Тот же результат сравнения получается, если сопоставить самурая, всегда готового к смертельному бою, и того, кто по-разному ведет себя в общественном месте или в собственной спальне, на поле сражения или на татами. Он не находится в состоянии полной готовности. В то же время, подвиги на татами тоже немало значат – здесь проявляется та же доблесть, которая необходима в бою. При этом следует различать состояние мира и состояние войны. Не всегда храбрость на татами будет означать храбрость в сражении. И мы знаем, как герои сражений в послевоенное время порой становятся стяжателями почестей, привилегий и материальных подачек от власти.

Храбрость сама по себе понятна самураю как основа его жизни. Самурай должен держать в уме днем и ночью, что ему предстоит умереть. Тогда он сумеет прожить долгую жизнь, достойно, без болезней и смущений. И на поле боя тот, кто стремится спасти свою жизнь, потеряет ее; тот же, кто готов отдать свою жизнь, - сохранит ее. И в обыденной жизни, когда забывают о смерти, склоняются к нездоровым излишествам и умирают неожиданно рано или живут, мучая близких своими болезнями. Когда самураю приходит время умирать, целью его должно быть пасть при исполнении какого-либо доблестного подвига, который потряс бы и его друзей и врагов и сделал бы его смерть причиной грусти для его хозяина и командира и оставил бы его имя в памяти поколений.

Этика самурая (в приемлемой для русских форме) учит нас стоицизму в трудном деле подготовки к исполнению долга, пренебрежению личной славой, трудолюбию и верности. Здесь русскому есть чему поучиться. В том числе и готовности большинства японцев испытывать себя на татами, а также способности правительства организовать национальное образование так,

чтобы воинский дух становился неотъемлемой частью личности будущего гражданина.

Отношение к смерти

Самурай должен жить так, как будто он уже умер. Не только накануне битвы или поединка, когда надо готовиться к смерти, но и в повседневной жизни. И даже более того. Когда у самурая есть выбор умирать или не умирать, то лучше ему умереть.

Бусидо напоминает самураю о чем-то очень знакомом русскому человеку: независимо от того, высокого люди рождения или низкого, богаты или бедны, стары или молоды, умудрены жизнью или неопытны, - всех их роднит то, что они умрут. Мы точно знаем, что когда-нибудь умрем, но все равно живем, будто день смерти никогда не наступит. Зная, что умрем, мы в то же время думаем, что все остальные умрут раньше нас, и что мы уйдем последними. Смерть кажется далекой. Но она пугает, когда с ней сталкиваешься лицом к лицу. Это понятно не только японцу и не только самураю.

Путь смурая лежит через духовное пространство, где каждодневно переживается смерть. Он должен размышлять о том, в каком месте может подстерегать его смерть, представлять, какая смерть наиболее достойна, укреплять в себе мысль о неизбежности смерти. Внушая себе мысль, что ты уже умер, ты делаешь свое дело и исполняешь свой воинский долг. Русские люди точно также готовились к смертельной схватке, надевая перед боем свежую сорочку. Идя на битву, русский человек не задумывался о том, как выжить в ней. Здесь самураи нас ничему неожиданному не научат. Но беда в том, что и русские русских перестали учить переживанию смерти, памяти о личной смертности. Самураи могут нам об этом напомнить – как пророки из чужого отечества. Но обучаться мы можем у собственных пророков, о которых надо только вспомнить.



Для самурая почетная смерть – вспороть себе живот и в тот же момент получить от друга удар мечом, отсекающий голову. Сэпуку – смерть ради посмертной чести, ради славы доброго имени и почитания потомками. Как еще ускользнуть от позора, с которым нестерпимо жить? Для самурая сэппуку – универсальный выход. Ведь для него смерть бесполезна, если

другие люди думают о тебе плохо. Совершив сэппуку, самурай уверен, что о нем уже никто не подумает плохо.

Когда ты стоишь перед необходимостью выбрать жизнь или смерть, то достигаешь ли ты своей цели или нет, уже не важно, - утверждает кодекс бусидо. Именно поэтому Сайго Такамори не стремился к победе, а только к посмертной самурайской славе. Накануне битвы, исход которой был предрешен, Сайго играл со своими соратниками в го, шутил, вместе с другими смертниками пел песни и сочинял стихи. Главное для него было – доказать, что самурай умирает с достоинством и отвагой, «не оставить потомкам причин для стыда». Это тот способ изменить смысл смерти, часто воспринимаемой как только физическое явление, и придать ей духовное значение – через принцип добродетели. Если в физическом пространстве человек бессилен против смерти, то в духовном он способен ее победить. Все это очень близко русскому православному человеку.

Готовность к смерти для самурая - лишь идеал. Ни резня в Эдо, ни сражение последних сторонников Сайго Такамори на склонах горы Сирояма не означали, что все, кого долг должен был подвигнуть к последней битве, участвовали в ней. В Эдо часть «верных вассалов» выпала из истории, отказавшись от участия в мести. А перед битвой на горе Сирояма часть сторонников Сайго, не жалевших умирать, были отпущены по домам. Идеал эти факты вовсе не принижают, поскольку он остается образцом, призывом к честной жизни и к мужеству. Так и для русского человека чьи-то грехи не могут служить поводом для поругания Веры, Царя и Отечества.

Есть ли у русского смертный долг? Это вопрос, аналогичен другому вопросу: может ли русский быть самураем? Именно самураем, но по-русски, а не японцем? Чем-то вроде «русского самурая»? Вряд ли есть надобность в японском термине, но есть надобность в ясной воинской этике и этике гражданина-воина. Бусидо показывает, что такая этика возможна и во многом нам знакома. Скорее незнакомым и удивительным для нас является власть и доминирование нынешних моральных разложенцев, изменников, казнокрадов и мздоимцев. Русский человек всегда готов к тому, чтобы смести всю эту нечисть. Но современный русский пока слишком бездеятелен и радикален только словом. Самурайское напоминание о смертном долге ему вполне полезно.

Русская литература дает нам огромный материал для размышлений о смерти, который нет надобности переводить в краткие формулы для заучивания. И русская беда только в том, что великое русское литературное наследие находится в забвении. Подменить его самурайскими призывами не получится. И русскую армию не вывести из состояния позора, пока в ней не будет офицеров, любящих Россию не той, которую они знают по своему быту, а той, которой она была, каковой отразилась в русской литературе. В русской классике есть все, что нужно образованному русскому человеку и русскому офицеру знать о смерти. В ней есть простой перевод вопросов веры на светский язык поучительных сюжетов и образов.

Русская армия не возродится, пока в ней не станет русского солдата, мыслящего и живущего по-христиански. Нет иного способа быть русским и не знать русского исторического наследия, как только быть православным человеком. Простота веры – первый шаг к национальной культуре, а к этике православия короче всего путь через воинское служение. Вера и армия должны совместиться, православие – стать государственной религией, воспитательным стержнем всей образовательной системы. Тогда армия будет знать, за что и как умирать на полях сражений, а вне армии гражданин будет готов к тому же – противостоять злу во всех его проявлениях. Но если все ограничится полковыми священниками, неосмысленным повторением слов молитвы, угодным церковной бюрократии требоисполнительством – тогда не будет ни воинского духа, ни самого православия.

Долг смерти – это все, что может уравновесить смертный грех, который лежит на нашем народе, ставшем клятвопреступником и соучастником цареубийства. Перед ликом святого Государя Николая II наше покаяние в том, чтобы спасти Россию от погибели и восстановить ее в той исторической форме, в которой она стала величайшей Империей. Здесь мы можем увидеть намек на собственный долг в том, что случилось в Японии, которая через тысячу лет вернула своему императору власть и стала современным государством – одним из самых динамичных. Японию не сломило даже поражение в мировой войне. И только сейчас, когда весь мир одолевает американизм и «общечеловеческие ценности», Страна восходящего солнца теряет темп, исчерпывает «японское чудо» и катится к упадку. Именно потому что забывает свой смертный долг, свою самурайскую традицию. Мы же должны вспомнить свою традицию, свой смертный долг.

Самурайская этика, напоминающая русским о долге смерти, полезна именно как напоминание о том, что и у других народов есть свое достойное представление о смерти. И у нас оно есть, если только отбросить негодный багаж «общечеловеческих» фальшивок, которые вместо долга смерти подбивают нас ценить свою жизнь (только свою частную!) превыше всех ценностей на земле.

Месть и победа, долг и честь

Месть для самурая ценна сама по себе. При этом она беспричинна и порой почти необъяснима - как случайная вспышка гнева. Самурай мог зарубить простолюдина за нескромный взгляд. И даже самурая низшего ранга (в особенности из сельской местности) можно было зарубить на месте, рискуя лишь тем, что придется дать властям убедительное объяснение, показывающее, что поведение убитого было непочтительным.

Большие дискуссии в японском обществе вызвала упомянутая выше история, произошедшая в Эдо, когда «верные вассалы» ворвались во дворец обидчика своего хозяина, изрубили охрану и обезглавили его самого. А потом были принуждены к почетной смерти – сэпуку. Никто в Японии

толком не знает и знать не хочет, что же это была за обида, чтобы за нее положить невинные жизни слуг обидчика и отдать свои.

Бусидо рекомендует: даже если поражение кажется неизбежным, мсти. Ни мудрость, ни опыт не имеют к этому никакого отношения. Настоящий мужчина не думает о победе или поражении. Он безрассудно бросается вперед – навстречу неизбежной смерти. Поступая так, ты очнешься от своих грез, - говорит бусидо. Если же речь все-таки заходит и о победе, то для самурая этической цены победы не существует. Главное – победить, а там пусть говорят все, что угодно. Воина могут обозвать собакой или зверем; главное для него – победа. Сначала выигрывай, сражайся потом – гласит один из принципов бусидо.

Бусидо видит воинскую доблесть скорее в том, чтобы принять смерть за своего господина, нежели чем в том, чтобы сокрушить врага. Людям с расчетливыми сердцами не достает чувства долга. А тот, кто не имеет чувства долга, не уважает себя. Так, бусидо осуждает излишнюю расчетливость, которая скрывает неготовность к исполнению своего долга и ищет благовидные предлоги, чтобы отложить должный поступок или вовсе пренебречь им.

С иной точки зрения, в рамках того же бусидо победа и поражение – это вопрос временных обстоятельств. Чтобы избежать позора, нужно избрать иной путь – смерть. Этика самурая – в безрассудстве, в жизни данным моментом, за которым внезапно может наступить смерть. Продуманной и подготовленной резне в Эдо противопоставляют внезапно вспыхнувшую резню в Нагасаки, когда самураи перебили друг друга, сразу схватившись за мечи - только потому, что одного из них случайно забрызгали грязью. От самурая требуется действовать, повинуясь требованиям момента. Когда наступает момент, нет времени для раздумий. Воин – это человек, который все делает быстро. Путь самурая – это прямой путь, не допускающий промедления. Главное – действовать сразу. Если человек проявит решимость, он может сдвинуть небо и землю по своему желанию. Уже тем, что человек отказывается отступить, он приобретает силу двух человек. Думай только о цели, и для тебя не будет невозможного.

Долг самурая демонстрируется его мгновенной реакцией. Поистине, - говорят принципы бусидо, - нет ничего, кроме единственной задачи текущего момента. Вся жизнь человека – это последовательность отдельных моментов, перетекающих друг в друга. Если человек полностью осознает текущий момент, больше ему ничего делать не нужно и не к чему больше стремиться.

Противоположностью этим мыслям о месте и безрассудстве служит позиция, близкая к буддийским ценностям. Быть одержимым мыслью о победе – это недуг. Тот же, что и одержимость мыслью о насилии. Желание избавиться от недуга также может перерасти в недуг. Естественное состояние сознания то, где уничтожаются все недуги. Тогда ты можешь соприкасаться с недугами, но не имеешь их себе, не пускаешь в себя.

Если вы сознаете, что держите меч, когда его держите, вы не можете ровно направлять лезвие меча. Настоящее мастерство естественно, оно –

часть жизни, повседневность. Естественное состояние сознания – одно и то же с мечом или без меча. Именно поэтому долг выше, чем победа. Победа хороша, когда она следует за должным. Но и поражение не позорно, если оно следует за долгом. Противник всегда может оказаться сильнее. Долг может состоять в том, чтобы принять неизбежное поражение, но не отступиться от своих принципов, не уступить врагу.

Изо всей этой мешанины русскому человеку стоить выделить главное: долг выражается в действии, которое готовится годами ученичества и дисциплины, превращающими подвиг в нечто обычное и естественное. «Естественное сознание» не образуется само собой, а воспитывается и тренируется как внешнее бесстрашие. Ситуация текущего момента может быть освоена только когда душа ясна и проста, а ясность и простота не даются сами по себе.

Конечно же, русскому человеку нет никакой надобности принимать самурайские принципы мести. Месть неблагородна. Благородна защита личной чести и чести того, кто не может постоять за себя. Не выступивший в защиту чести другого рискует и своей честью. Смертный бой у барьера – русская традиция дуэлей XIX века.

Для русского человека победа превыше всего, если Отечество под угрозой. Но подлость никогда не приближает победу. Русская Победа всегда благородна, ибо она есть не победа над личным врагом, а над врагом Отечества. Такая победа не может быть нравственно порочной. Ведь порок победителя ложится тенью на Отечество. В этом разница русского представления о чести и долге в сравнении с японским.

Долг службы

У средневекового самурая есть только почтение к родителям и долг перед господином. Культ родителей был заимствован в Китае, из Китая же пришел и ритуал почтительности, но все это в Японии получило развитие и образовало этическую систему. В ней все начинается с семьи и воспитания. Почтение к родителям – урок для будущей службы и почтительности к господину. Непочтительный сын будет порицать и хозяина, а порицая хозяина – не упустит случая отбросить свою верность в случае опасности.

У средневекового самурая нет Отечества. Его отечество – господин, его родина – родители. Японские острова слишком поздно вошли в соприкосновение с другими странами и народами, чтобы ощутить свою общность. Японцы до XVIII века предпочитали идентифицировать себя по провинции и по клану, которому служили. И только к концу XIX века после революции Мэйдзи возникла современная японская нация.

Характерно, что воинская доблесть самурая была связана вовсе не с битвами, где он терялся среди вооруженных масс, и даже не с дуэльными поединками. Его честь и слава были в мести. Наскочить сзади и отрубить голову – это честь. Ворваться в покои обидчика и погибнуть под ударами мечей его охраны – это честь. Самурайская этика молчит о чести погибнуть

«за други своя» или за Отечество. Этому японцы русских научить не могут. Русский долг ставит служение Отечеству выше верности какой-либо персоне (исключая Царя, который персонифицирует Отечество и принцип государственной защиты православной веры).

Миямото Мусаси писал: «побеждая в поединке один на один или в сражении со многими противниками, самурай упрочает свое имя ради повелителя и себя самого». Чем это отличается от старорусского «искать себе чести, а князю славы»? Только тем, что честь безымянна и безвестна, она – коллективное достояние дружины. Для самурая есть честь клана и слава повелителя, но также и свое имя – часть славы самурай стремится разделить со своим господином, возвысившись при этом над другими членами клана и получив одобрение хозяина.

Беспредельная преданность господину сочетается с таким явлением, как бесхозный самурай – ронин. Самурай, по какой-то причине потерявший место, вынужден искать себе хозяина. Память о прежнем хозяине может мучить его, но он найдет утешение в службе новому господину – в особенности, если он наследует предшествующему. Статус ронина не всегда уважаем: высшие слои самураев считали, что самурай без клана и без лошади — не самурай вообще. Тем не менее, ронин оставался самураем и мог искать себе личной славы. Такая возможность предоставлялась ему преимущественно в периоды гражданских войн и междоусобиц, когда набирались самурайские армии.

Самурайская этика предписывает настоящему хозяину быть подобным солнцу и луне, которые освещают траву и деревья по всей земле. То есть, денно и нощно с состраданием в сердце печься о вознаграждениях и наказаниях для своих вассалов – далеких и близких – и даже о тех чиновниках, которые отделены от него морем и горами; всех этих людей он должен использовать в соответствии с их талантами. Достойный господин – вот тот, кому следует верно служить. Плохого господина можно просто бросить и поискать более щедрого и доброго.

Русскому достаточно примеров исполнения долга в собственной истории. Тем не менее, проблема долга для русских остается чрезвычайно острой. Чувство долга в нашей национальной традиции нестойко, а в современных условиях практически утрачено. Именно поэтому общество размывается, а не структурируется в устойчивую конструкцию. Коль нет долга перед своим профессиональным кругом, нет понимания ответственности за тех, кто подчинен тебе, и нет понимания долга перед тем, кому подчинен ты, частные амбиции становятся главным мотивом деятельности. Славу начинают искать не для «князя», а для самого себя. Забывая при этом о чести и долге.

Японское представление о долге должно напоминать нам о русском понятии долга. Японское «внутри — шкура собаки; снаружи — шкура тигра» вполне годится и для русского. Вера, верность и отвага – вот принципы русского долга.

Знание или умствование

Есть три слоя представлений японцев о знании – плодотворном и бесплодном.

Первый связан с долгом службы господину - самураю полагалось много знать о ритуалах, правилах хорошего тона и о том, как быть добросовестным слугой. И в этом присутствует строгая рациональность, обеспечивающая стабильное место в социальной иерархии.

Второй слой представлений опирается на доктрину Пути, где вера должна вести самурая вопреки всякой рациональности. Бусидо гласит, что с помощью здравого смысла не добьешься великих вещей. Просто перестань думать и стань безумным. Путь самурая не приемлет рассуждений; рассуждающий воин не добьется успеха. Чтобы следовать Пути, не нужны ни преданность, ни почитание, - нужно лишь стать отчаянным. В отчаянии проявляется и почитание, и преданность. Достаточно стать одержимым и быть готовым расстаться со своей жизнью.

Когда человек шествует по Пути самурая, он не должен искать других идеалов. То же самое касается самого Пути. Поэтому неправильно изучать Путь Конфуция или Путь Будды и говорить, что это — Путь смурая. Если человек понимает это, он будет слушать проповеди о других Путях, но при этом с каждым днем все больше постигать свой собственный.

Молодому самураю негоже интересоваться буддизмом. Это огромная ошибка. Причина этого в том, что он будет смотреть на все с двух точек зрения. Если воин 24 часа в сутки несет на одном плече преданность своему господину и почтительность к родителям, а на другом – мужество и сострадание, он будет самураем. Как написано в одном из трактатов, «ни Шакьямуни Будда, ни Конфуций, ни Кусуноки, ни Сингэн никогда не были слугами господина Рюдзодзи или господина Набэсима. Поэтому мы вправе утверждать, что излишнее почитание этих будд не входит в традиции нашего клана». Что же касается книг, то самурая рекомендуется, прочтя книгу или свиток, лучше всего сжечь их или выбросить прочь. Говорят, что чтение книг — дело императорского двора, тогда как дело самурая из рода Накано — крепко сжимать дубовую рукоять меча и стяжать воинскую доблесть.

Наконец, третий слой связан с интеграцией в воинском сословии этики монашества и этики ученых мудрецов. Бусидо требует, чтобы монах стремился достичь мужества воина, а воин – обрести сострадание монаха. От воина также требуется книжное знание – изучение трактатов древних. Один из главных принципов бусидо можно перефразировать так: слева - книга, справа – меч, впереди – путь воина. Книги – это ворота к постижению Пути. Миямото Мусаси писал, что самурай должен знать, что защищать. Если он не знает, что верно, он не может быть назван самураем.

Русская страсть к знаниям и воля к истине – отличительная черта нашего «золотого века», но современность этой страсти уже не знает. Поэтому искать уважение к знаниям и учености нам полезно, в том числе и на примерах этики бусидо. Удивившись присутствию знаний и искусств в обычной жизни суровых самураев, мы легко найдем все то же и в

собственной национальной традиции – настоящий талант шире своего профессионального предназначения, настоящий воин обязательно должен быть и поклонником искусств и знаний – сам не чужд творчеству и широкой образованности. Грубый вояка, «сапог» в обществе не уважаем. От воина ожидают высшей морали и высшего знания – настоящего лидерства не только в армейской жизни и не только в войне.

В самурайской этике отражается та часть восточной мудрости, которая проще всего воспринимается и более всего подходит для практического применения. При этом заумные стороны буддизма и избыточные регламенты конфуцианства остаются в стороне. Именно этим бусидо полезно русскому человеку, если он хочет коснуться тайн Востока, не подвергая себя соблазнам чужеродного тайнознания.

Различие между важным и второстепенным – интересная для нас часть восточной мудрости. Она гласит: когда твой разум блуждает, перескакивая с одного предмета на другой, рассуждения будут бесплодны. Используя настойчивость, свежий подход и ощущение настоятельной необходимости, ты примешь решение в промежуток, «равный семи вдохам и выдохам». Это вопрос решимости и желании достичь результата.

Результат же лежит не в повседневной суете и не в уповании на силу. Бусидо говорит самураю: не одалживай силу у другого, не полагайся на собственную силу; отбрось мысли о прошлом и будущем и не живи повседневными заботами. Тогда Великий Путь открыт перед тобой. Таким образом, речь идет о стяжании Истины. По-русски: не в силе Бог, а в Правде.

Правда естественна, а потому должна быть проста, как дыхание. Бусидо подсказывает, что к делам большой важности следует относиться легко, а к делам маловажным - серьезно. Небрежение в мелочах может нанести непоправимый ущерб большому делу, излишнее отвлечение на мелочи ведет к тому же. Даже в мелочах можно увидеть глубины сердца, правильность и неправильность подхода к жизни проявляется в мелочах. Понятно, что здесь восточная мудрость побуждает к смелости в больших делах и тщательности в мелочах, когда дело касается великого. Чтобы Правда стала естественной, нужно учиться и переживать личный опыт ошибок и разочарований. Величие Правды познается через мелочи жизни.

В боевых искусствах и в прочих делах бусидо рекомендует учиться у других, не преувеличивая значимости своего мнения. Беседа с человеком – это первый шаг к тому, чтобы превзойти его. Интересуясь мнением других, ты развиваешься и превосходишь их. То же касается и внимания к дурным поступкам. Наблюдая за плохим человеком, надо исправлять собственные ошибки. Вместе с тем, нельзя настолько увлечься наблюдением за дурным. Ведь человеческая природа заключается в том, что хорошему научиться трудно, а привыкнуть к плохому легко; и поэтому люди постепенно уподобляются тем, кто их окружает. Предпочитать следует общество людей, которые превосходят тебя, и избегать людей, которых превосходишь ты, - вот мудрость доброго человека. Однако, не сомневаясь в правильности вышесказанного, не следует быть чересчур привередливым при выборе

людей. Ведь человек, который ни разу не ошибался, опасен. Кроме того, помимо долга ученичества, есть и долг учительства. Кто владеет знаниями, обязан ими делиться с другими. А потому общение с целью передать свое знание и умение менее подготовленному собеседнику, ученику – оборотная сторона этики ученичества.

Чему у Востока следует поучиться, так это культу предков. Бусидо говорит нам, что молитвы потомков должны быть поминальной службой по его предкам. И даже так: чем подражать хорошим качествам других людей, лучше подражай своим несовершенным родителям. Важны все высказывания твоих родителей, даже те, которые ты ранее находил раздражающими или совершенно неприемлемыми. Хотя уважение к предкам все же заключается в том, чтобы поступать таким образом, чтобы повторялись хорошие качества предка, а не плохие.

Неплохо также рассчитывать собственную жизненную перспективу – не торопиться постареть и не думать, что старости можно избежать. Преждевременная старческая немощь проявляется в том, что человек делает только то, к чему он больше всего склонен. Но когда человек полностью выкладывается в молодости, чем тогда он будет думать в старости?

Человеку следует разделить свое сознание на три части: он должен избавиться от дурных мыслей, усвоить мысли хорошие и установить доверительные отношения с собственной мудростью. Это значит, что человек должен развивать в себе способность различать в собственных поступках дурное и хорошее – давать оценки самому себе. По-русски, это значит, что надо каяться в своих грехах, распознавая их в своем поведении. Также и в кодексе бусидо русскому следует отличать важное для себя от ненужного или совершенно неприемлемого.

Вместе и недалеко от христиан

Душа от рождения христианка. Это достаточно доказано фактами истории – не только русской. Японская история – не исключение. Проникновение христианства в Японию могло дать этой стране религию. Ведь традиционные японские верования носят скорее философский и этический характер.

Христианизации Японии не произошло в силу того, что выбор христианской веры требовал пересмотра социальных отношений. Феодальная знать не могла этого допустить и закрыла Японию для христианского миссионерства – слишком навязчивого и амбициозного в католическом варианте. Подавление христианства вызвало среди японцев отчаянное сопротивление. Известно восстание Симабара 1638 года, когда 50-тысячная армия сёгуна много месяцев штурмовала старую полуразрушенную крепость, которую защищали христиане-повстанцы.

Несмотря на подавление и изгнание христианства, оно пустило в японском обществе глубокие корни, отразившиеся и на принципах бусидо.

Почти прямой цитатой из Екклесиаста является строка одного из популярных самурайских трактатов: «Поистине, этот мир – суета. Люди всегда об этом забывают». Отсюда следует установка на вечное или же сиюминутное. Вечное вне суеты, а сиюминутное совпадает с суетой лишь на мгновение. Если жить вечным (то есть, помнить о смерти), то избегаешь суеты. Если жить моментом, то суета не угнетает своей неупорядоченностью – разорванность логики существования не переживается, если каждый момент проживается отдельно от другого.

Понятие любви к ближнему знакомо самураям по той любви к родителям и правителям, которую они воспринимают как высший долг. Бусидо гласит: все, что ты делаешь, ты должен делать во имя своего хозяина, родителей и человечества, а также во имя своих потомков. Это и есть великое сострадание. Мудрость и смелость, которые приходят вместе с состраданием, — это подлинная мудрость и подлинная смелость. Сострадание – это мать, вскармливающая судьбу человека. Настоящая мудрость и храбрость рождаются из сострадания. А сострадание побуждает прийти другому на помощь, не думая об отрицательных последствиях. Это называется «здравым смыслом внутри ошибки». А «ошибка внутри здравого смысла» – это эгоизм, навязывающий свой «здравый смысл» вопреки тому, что он несет потенциальную угрозу жизни другого человека.

Долг службы для самурая выше любви к ближнему. Но эта любовь не отброшена. Самураю говорят: самое главное – отдаться служению своему господину и душой и телом. И если еще спросили бы, что важно кроме этого, то ответ был бы таким: развивать свой ум, поощрять в себе человечность и укреплять храбрость. Чтобы проявлять человечность, нужно делать все ради других, ставить себя на их место и учитывать в первую очередь их интересы. То есть, не делай другому того, что не хотел бы для себя. Практически по христиански: возлюби ближнего как себя самого.

То же можно сказать и о милости к падшим. Для христианина вполне подходит отношение к чужим грехам, высказанное в кодексе бусидо: если смотреть глазами сострадания, то нет людей, которые не нравятся. Того, кто согрешил, нужно жалеть еще больше.

Воинская доблесть самурая в некоторых ракурсах также выглядит вполне по-христиански: когда этика предписывает самураю видеть в искусстве меча не средство, чтобы зарубить противника, а средство, чтобы убить зло. Не поразить врага, а покорить зло – вот в чем честь самурая.

Христианину невозможно принять ритуальное самоубийство самурая. Вместе с тем, в данном случае мы сталкиваемся с определенного рода заблуждением. Сэпуку не совсем самоубийство. Как не совсем самоубийство оставить себе последнюю пулю и предпочесть смерть позору плена. Этот выбор достаточно понятен русскому офицеру. Но только для ситуации смертельной схватки с превосходящим врагом. Если участь, что самурай должен был жить как бы все время на войне, то позор для него оказывался несовместим с жизнью. Причем только в том случае, если долг выполнен до конца и его последней фазой становится сэпуку. Или же когда долг не может

быть выполнен до конца, и тогда сэпуку снимает это нравственно нестерпимое положение. У русских есть множество средств пережить позор, но и не пережить его, пожертвовав жизнью, – тоже русский путь, в чем-то совпадающий с путем самурая.

Бусидо рекомендует: ходи осторожно, ибо все мы ходим под Небом. Христианин тоже знает, что все мы под Богом ходим. Самураю напоминают: если сердце твое неправедно, то будь осмотрителен, ибо, молишься ты или нет, Небеса покинут тебя. И христианин знает, что опасен не грех, а упорствование в грехе. Молитва станет ложью, если грех не переживается со стыдом. А лжеца Небеса покинут, будь он синтоистом или христианином – все равно.

Бусидо гласит: родившись человеком, следует поклясться превзойти всех, помогая людям, отдавая всего себя ради других, и именно в этом находить радость до конца своих дней. Пускай кто-то ни разу не молился Будде или ни разу не совершил паломничества к гробнице, но если он чист сердцем и полон сострадания, то и боги и Будда не будут судить его строго. И христианин подтвердит, что вера без дел мертва, и что лучше предъявить добрые дела, а не молитвы.

Единожды солгавшему у христиан нет веры. И у самураев привычка ко лжи дезавуирует все добрые дела. Знай, - говорит самураю кодекс бусидо, - если кто-то сомневается в твоей честности, это может стать позором на всю жизнь. Ведь ложь и неискренность недостойны, потому что предназначены для извлечения собственной выгоды. Для воина нет большего позора, чем приобрести репутацию стяжателя и эгоиста.

Не все золото, что блестит, - это понятно всем народам и цивилизациям. Поклонение золотому тельцу, как знают христиане, кончается очень плохо. Самураи же приходят к тому же иным образом, выражая ту же нравственную установку: небольшой кусок золота может стоить очень дорого, но, когда он попадает в глаз, наступит тьма.

«Не собирайте богатств земных». Это христианская заповедь близка самураям, которым кодекс бусидо рекомендовал не развивать «хватательных и держательных» свойств характера. Чтобы смотреть смерти в лицо, необходимо не привязываться ни к чему материальному. Для самурая поле боя – обычное жилище, а прочие жилища – лишь временное место для ночлега.

Старая японская пословица гласит: относись к другим так, как ты желаешь, чтобы относились к тебе. Христианин увидит здесь полное тождество собственной вере.

О единоборствах

О восточных единоборствах мы часто судим по европейскому опыту соревнований на татами или по показательным выступлениям современных мастеров, часто подобных фокусам (например, при разбивании твердых предметов) или спортивной гимнастике (более всего сходство с гимнастикой

прослеживается в спортивном ушу). Но в жизнеописаниях законодателей стилей ровным счетом нет ничего героического или замечательного, кроме самих этих стилей. Порой описание показательных выступлений мастеров выглядят почти комично. Современные мастера умеют значительно больше и исполняют боевые трюки для публики куда эффектнее.

Надо сказать, что все боевые искусства, несмотря на древнюю историю, очень молоды. Общий интерес европейской цивилизации к Востоку, возникший на фоне затухания собственного культурного творчества в модернистских и постмодернистских лабиринтах западного мировоззрения, породил современную мифологию восточных единоборств. В действительности восточные единоборства как системы, открытые для распространения, возникли лишь на рубеже XIX-XX вв. и были откликом на европейскую экспансию в культуру Востока. Таинство боевых искусств под напором европейской пытливости превращалось в спортивные стили и школы. Незаметно для себя европейцы начали осваивать сохранившиеся на периферии древних цивилизаций и невостребованные долгие века знания. К сожалению, эти знания до сих пор сильно замусорены разнообразной псевдодуховной шелухой, устаревшими объяснительными схемами и методиками. Европейцам казалось, что здесь таится нечто неизвестное им – тайна Востока. Но и в Европе были свои боевые искусства – учителя фехтования, английского бокса или греко-римской борьбы. Увы, они не оставляли за собой школ. Восток ворвался в Европу именно в тот момент, когда началось строительство массовых армий, и для них возникла необходимость в массовом производстве солдат, обученных рукопашному бою. Восточные системы многим казались настолько разработанными, что их стали внедрять повсеместно.

В советской России тоже появились мастера, создавшие великолепную боевую школу самбо. Их заслуги в формировании массовой школы боевых искусств, безусловно, значительно выше, чем заслуги мастеров из Японии, Кореи и Китая. Система самбо имеет интегральный характер и способна к совершенствованию в самых разных направлениях. Увы, советская власть предпочитала присваивать личные достижения и стирать авторство из памяти поколений. Именно поэтому школы самбо имели территориальный характер, не привязываясь к именам мастеров. То же касается и европейского бокса и борьбы. В сравнении с ними восточные школы кажутся особенными – в них сохраняются имена мастеров-основателей и цепь преемственности, а также сочетание боевой подготовки с чисто спортивными приложениями.

Спортивные единоборства стали суррогатом боевых искусств, выбирая лишь отдельные элементы таким образом, чтобы единоборство не кончалось смертью или тяжкими телесными повреждениями. Определенным образом они дают введение в боевые искусства, оставляя лакуны в действиях бойца. Суррогатом боевых искусств являются и специальные упражнения – ката и бункай, которые, тем не менее, закладывают определенную схему поведения в бою и чувство антропомеханики собственного тела и тела противника.

Возвращение боевых искусств в Европу оказалось повторением пройденного в войнах через спорт. Люди востока, как оказалось, вовсе не имеют преимуществ перед европейцами в боевых искусствах – таких, к примеру, какие в силу своей антропологии имеют в боксе или в беге африканцы. Уравнявшись с дальневосточными мастерами в массовости и методиках, европейцы явно одержали верх. Кажется, и в боксе европейские методики постепенно перевешивают длиннорукость африканцев, которые без тех же методик вряд ли смогли бы на собственной национальной почве создать конкурентоспособные команды бойцов.

В спортивных единоборствах европейцы быстро заняли ведущее положение, оставив японцам, корейцам и китайцам лишь те заслуги, которые те стремились сохранить за собой вместе с национальной гордостью. (Для этого ограничивали участие европейцев в соревнованиях, применяли заведомо предвзятое судейство или заведомо проигрышную для европейцев систему весовых категорий, где большинство из них скапливалось в тяжелых и сверхтяжелых категориях). Даже в достаточно необычной, с точки зрения европейца, и неудобной для его антропологии борьбе сумо, европейцы оказывают серьезное сопротивление монголоидам. Некоторые элементы европейских видов борьбы, введенные в сумо, делают традиционно подготовленных спортсменов беспомощными перед эффективными средствами противника. В видах единоборств, приближенных к боевому применению, монголоиды выглядят явно слабее европейцев. В таких стилях, как, например, дзюдо и кудо, лишь выдающиеся мастера восточных школ составляют конкуренцию наследникам индоевропейского менталитета.

Защита Отечества в современной России все больше превращается в наемную службу и выходит из очевидного перечня естественных обязанностей гражданина. Возникает поколение мужчин, не способных постоять за себя и не имеющих элементарных знаний в военном деле. Это поколение не в состоянии противостоять высокотехнологической войне, угрожающей нам с запада, или войне массовых армий, возможной для нас на востоке. Продолжение бездумной «штамповки» чахлых солдат, занятых в основном строевой подготовкой и подметанием плацев, превращает русскую армию в легкую добычу для диверсионных групп вероятного противника, который вооружает свою «пехоту» эффективной спецподготовкой.

Современная война вновь возвращает в строй воина-профессионала, спецназовца, более всего приспособленного к ведению боя в малочисленных, но хорошо оснащенных и подготовленных подразделениях. На стратегию оказывает влияние уже не масса, а малые группы, где подготовка отдельного бойца предопределяет ход военных операций. Но и малые группы могут быть совокупно многочисленными и противостоять как массовым армиям, так и диверсионным группам – если гражданское общество будет готово к тотальной обороне, а ядерная агрессия все еще будет невозможной в силу неприемлемого ущерба для обеих сторон. Это означает необходимость возвращения систематичного преподавания боевых искусств не только в армии, но и в системе образования и воспитания – формирования поколения

русских граждан-воинов, которые в любой профессии сознают свой долг и следуют национальной традиции.

Кодекс бусидо для русских – не руководство к действию, а только лишь напоминание о собственном историческом долге, о чести гражданина и славе Отечества. Боевые искусства для русских – насущная необходимость. Учиться им у Востока не стыдно, а необходимо. И создавать свои национальные школы, стили и виды единоборств. Ребенок, юноша должен пройти через татами, чтобы избавиться от страха физической боли и приобрести навыки воина, чтобы, став взрослым, преодолеть страх смерти и стать защитником Отечества и своего народа на войне и в мирной жизни.

Православие и восточные боевые искусства

Не сотвори себе кумира. Не сотвори себе пугала

Один православный архиерей, рассказавший мне о своих упражнениях в стрельбе из боевого оружия, выразил сомнение в том, что восточный опыт освоения боевых искусств может быть для нас полезен. «Лучше бы что-нибудь свое», - сказал он. Но что свое? И лучше ли свое плохое предпочитать хорошему, но чужому? Ведь восточные боевые искусства – очевидная основа и того «своего», что нам известно: все системы самбо и рукопашного боя.

Опасения понятны. Православные разумно опасаются мистики и медитации, якобы сопровождающие занятия восточными боевыми искусствами. Восточный оккультизм известен в современной России как явление опасное – плодящее тоталитарные секты. Эту опасность, разумеется, надо иметь в виду. Но бегая от опасности, как восполнить тот пробел, который существует в русской культуре? Как осваивать навыки боя, необходимость которых интуитивно ощущается каждым гражданином?

В этом вопросе мы наталкиваемся и на ответное недоверие. Среди учеников, а иногда и мастеров боевых искусств иногда роняются в отношении православия надменные фразы: «Это религия рабов, религия слабаков». Но какие такие «слабаки» в Римской Империи вдруг предпочли именно христианство, отбросив множество других культов? Какие такие «слабаки» тысячу лет уберегали православную Византию, Второй Рим от разрушения варварами – уже после падения Рима Первого? Какие такие «слабаки» создали Российскую Империю, Третий Рим, государство трех океанов? Не было в христианстве никаких «слабаков»! И среди наших православных предков, создававших Империю – не было! Можно продолжить: даже размах индустриализации и военных побед XX века проистекают от трудовой и воинской этики православия. На фронте, как известно, неверующих не бывает. Не случайно в период войны Сталин обратился за духовной поддержкой к Церкви, а позднее «кодекс строителя коммунизма» в программе КПСС прямо заимствовал христианские заповеди.

Алексей Комлев, мастер нунчаку, обратившийся к православию, говорит: *«Религии, с которыми тесным образом связаны восточные боевые искусства, по отношению к нашей национальной вере - Православие - являются откровенно враждебными...»* Вряд ли можно согласиться с этим. Буддизм по нашим представлениям трудно рассматривать как религию. В буддизме нет богов, нет обособленного от «профанного» мира сакрального измерения. Синтоизм очень близок к пантеизму и лишен системности мировоззрения, как и индуизм. Конфуцианство – всего лишь правила поведения, ритуал почтения. Медитативные и аскетические практики по форме имеют прямые аналоги в христианстве. Тему аналогий можно развивать и далее. Но религиоведческий экскурс был бы слишком обширен для наших целей. Разница, безусловно, в смыслах. Но насколько враждебны эти смыслы применительно к боевым искусствам?

Если следовать логике, связывающей боевые искусства с религией, то придется выводить бокс из протестантизма, а греко-римскую борьбу считать достоянием исключительно язычников с мировоззрением гомеровских времен. Разумнее все же видеть в боевых искусствах универсальное явление, присущее обществам любой религиозной и культурой ориентации. Они различны настолько же, насколько различны народы. Нельзя сказать, что враждующие народы навсегда враждебны, а их боевые искусства несовместимы. Нельзя сказать, что религии взаимно обличаются с позиций врага. Напротив, в других религиях часто узнается похожее – пусть и «испорченное», «извращенное». Православию, владеющему двутысячелетней традицией, с высоты своего опыта нет надобности обличать другие религии. Особенно в тех аспектах, где жизнь сама собой ставит предел произвольному развитию человеческой натуры. А именно так обстоит дело в обучении боевым искусствам. Образно говоря, кто решил пройти по лезвию меча, не отклонится ни вправо, ни влево.

Чужое – еще не значит «враждебное». Враждебность возникает только при попытках экспансии, когда чужого обнаруживаешь в своем собственном доме, куда чужой вторгся без приглашения. Пока цивилизации разделены, нет никакой враждебности. Скажем, мистика Востока на Востоке же уравновешивается традицией, опытом повседневности. Но, будучи занесена Россию как некая мода, она не уравновешивается ничем. В России вся жизнь пронизана христианской символикой и православными смыслами. Поэтому духовное обращение к иным религиям означает вступление в секту и разрыв социальных связей. Одно дело – подворья иных религиозных культов, подобные посольствам, одно дело – культы традиционных для России религий. Другое дело – агрессивная экспансия инокультурной религиозности. Она, действительно, опасна. Но присутствует ли такая экспансия в самих боевых искусствах?

Русские всегда были восприимчивы к достижениям других народов и всегда заимствовали у других культур. Почему же не заимствовать системы боевых искусств? Тем более что им отроду – не больше века. Что стоит этот век в сравнении с православным тысячелетием? Что стоит несколько десятков тысяч учеников в школах восточных единоборств в сравнении с десятками миллионов людей, живущих в окружении православных символов и смыслов – в бытовом общении, в культурной среде, в образовании? Это несоизмеримые по масштабам явления, между которыми не может быть серьезного противоречия.

Конфуцианская мудрость предлагает достойно следовать пяти постоянствам:

- любовь между отцом и сыном,
- справедливость между правителем и подданным,
- уважение между мужем и женой,
- должное поведение между старшим и младшим,
- верность между друзьями.

Здесь нет ровным счетом никакого противоречия православию. Но в России наполнить эти «постоянства» реальным содержанием можно только в практике жизни, которая вся соткана из христианских нравственных заповедей, символов и даже почти непроизвольных междометий вроде «не дай Бог!». Кто из русских в здравом уме и твердой памяти будет воспитывать в своих детях нравственные нормы, используя японский эпос, японскую простонародную сказку, а не русскую сказку, не русское предание?

Можно привести немало аргументов в пользу того, что восточные боевые искусства неизменно приобретают в России русский характер и трансформируют восточную мудрость в православную этику. В каком-то смысле можно говорить даже о том, что через восточные боевые искусства некоторые православные догматы усваиваются лучше, чем иным путем. Ведь в боевых искусствах происходит постижение духовного через телесное и организация обратного процесса - укрепление тела через дух. Мы, например, учимся наносить концентрированный удар, а освоив его, можем применить то же духовное усилие не только к удару, но и к другим жизненным задачам. Православие дает содержание этому усилию, а боевые искусства – технику концентрации, связку телесного и духовного. Что касается восточной философии, то она интересна православному философу как некое напоминание, аспект уже известных по родной культурной среде установок. Поэтому восточная философия, восточные духовные практики могут быть опасны для христианина, если только они вытесняют традиционную духовную традицию, а не дополняют ее – то есть, обедняют, а не обогащают.

Что же касается боевых искусств, то их освоение подобно освоению любой профессии – основной или дополнительной. Профессия же влечет за собой выбор определенного стиля жизни. Коренному жителю России вряд ли возможно всю свою жизнь преобразовать в восточном стиле. Даже занимаясь восточными единоборствами, русский всегда остается русским – пока остается сыном своего Отечества.

Синтоизм на замену боевым искусствам?

Представим себе, что на российской земле в додзе пришли православный, мусульманин и буддист. Будет ли для каждого из них предложена своя методика тренировок? Очевидно, нет. В то же время, вряд ли мастер боевых искусств станет заниматься прозелетизмом – расхваливать дезн или синто ради того, чтобы его ученики правильно поняли, как наносить удар ой-цуки. Пожалуй, каждому из учеников будет оставлено свое собственно духовное пространство, а России – ее традиционная православная доминанта. Ведь почти у каждого жителя России есть многочисленные поколения православных предков. Поэтому даже если мастер боевых искусств привержен синтоистским культам, вряд ли он, в силу собственной же религиозной ориентации, станет задевать предков своих учеников неуважением к их духовной традиции.

И только попытки теоретизирования по поводу боевых искусств могут завести мастера в трясину неполного знание или даже полного невежества. И даже превратить из хорошего бойца и прекрасного учителя в посредственного япониста и безумного религиозного адепта. Описания баночек, скляночек и зеркальц синтоистского алтаря не имеет никакого отношения к боевым искусствам, но позволяет удовлетворить скрытую амбицию – прослыть каким-то особенным знатоком восточных единоборств, говоря вовсе не о них, а о неких таинственных «духовных практиках», без которых, якобы, не постичь вершин мастерства.

Можно только подивиться тому, что в проблематику боевых искусств иногда пытаются внести понятийный аппарат средневековых Японии или Китая, исключая понятные теперь не только любому европейцу, но и мало-мальски образованному человеку вообще, термины антропологии, физиологии и физики. В таком заблуждении можно всерьез начинать рассказывать о том, что способность надумать живот как футбольный мяч – это и есть раскрытие таинства мастерства боя. Кроме как прослыть чудаком, подобные словоблудия не дадут ничего.

Неприятно, что уклонение от боевых искусств в собственные фантазии на почве скудных знаний о Востоке, могут сказаться на репутации восточных боевых искусств в целом. Если всерьез утверждать, что присутствие души у европейца наблюдается в сердце, а души японца - в утробе, можно всерьез оттолкнуть от занятий в додзе любого мало-мальски разумного челвоека. Если предложить вместо практики тренировок некую «духовную» процедуру с разглядыванием в зеркало своего собственного живота, можно исказить представления о боевых искусствах у любого потенциального ученика. Если рассказывать, что японские самураи занимались многодневными медитациями и отшельническим самоистязанием, значит просто соврать. Потому что самураи беспрерывно воевали, а когда война закончилась - дрались между собой. Все медитации и отшельничество были уделом удалившихся от мира бойцов, стремящихся переосмыслить свой Путь. Рекомендовать средневековые медитации в порядке воспитания в себе воинского духа - верх наивности или же добровольное погружение в безумство.

Беда, если учить восточным боевым искусствам возьмется человек, который решит, что ученикам никак не постигнуть эти искусства без общения исключительно на японском языке и без синтоистского культа. Мол, только в этом случае русским может быть преподнесена духовная составляющая боевой подготовки. Это уже не просто заблуждение, но и демонстративное пренебрежение к русской духовной традиции и русскому опыту реального боя.

Добровольно японизированные русские выглядят нелепыми неофитами в сравнении со сдержанными японцами, которым нет надобности доказывать, что они - японцы. Может быть и русским мастерам не стоит строить из себя японцев? Тогда можно будет заниматься именно боевыми искусствами, а не чужими культами. Или дело уже не в боевых искусствах, а в гешефте - в

превращении искусства в товар, где блестящая оболочка языческого культа скрывает полную профессиональную несостоятельность?

Амбициозным проектом в современной России стало освоение символической славы мастеров восточных единоборств политиками, не чурающимися приобщения к религиозным сектам. Рекламная поездка президента России в Шаолинь, где ему были продемонстрированы цирковые номера вместо боевых искусств, его же показательные появления на татами, размножение разного рода федераций, возглавляемых министрами и политиками, перепоясывание «черными поясами» спонсоров различных соревнований и т.п. – порочная практика причастных к власти и капиталам. Стоит ли мастерам боевых искусств приобщаться к этому шоу и выдумывать для России специальную духовную практику, без которой, якобы, нет никакой возможности преподавать на высшем уровне боевые искусства?

Православие и война

Пацифизм православия является дурной выдумкой, наветом на христианство. Заповедь Христа «Если тебя ударили по одной щеке, подставь другую», увы, трактуется самым превратным образом. А она всего лишь говорит о бессмысленности ответа насилием на насилие, когда речь идет о спасении души. Ведь и сам Христос принес «не мир, но меч» - духовный меч, отсекающий добро от зла.



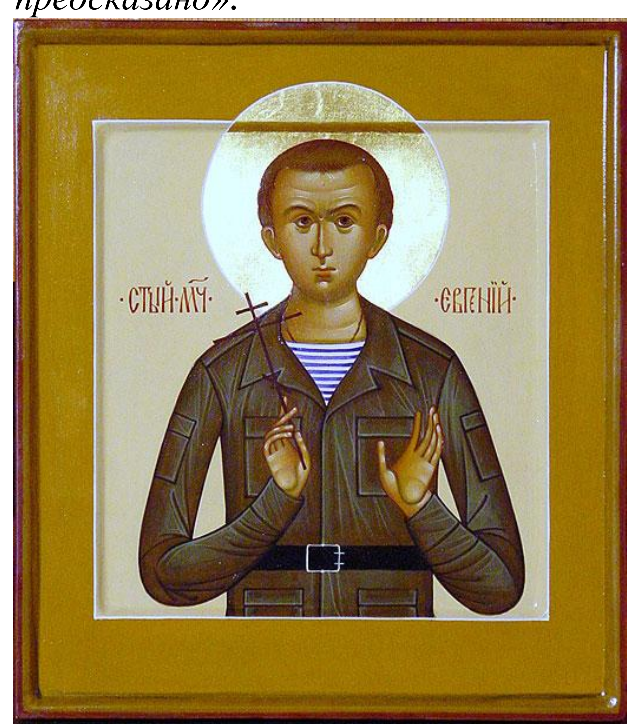
В христианстве ясна первичность духовной борьбы по отношению к физическому сопротивлению. Но разве не то же самое, в конце концов, говорят и мастера восточных единоборств? Правда, они затрагивают лишь один из аспектов жизни, а христианство – мощная духовная традиция, в которой решаются многие проблемы самоопределения человека. Тем не менее, совпадение налицо и его невозможно игнорировать.

Библия утверждает: *«А кроткие наследуют землю и насладятся множеством мира» (Пс.36:11). «Блаженны кроткие, ибо они наследуют землю»* (Матф.5:5). Но кто сказал, что кроткие – это те, кто не сопротивляется злу? Кроткие - покорные Божьей воле. В этом смысл христианского смирения. Смирение перед злом богомерзко и не может преподноситься как образец христианской кротости.

Христианские апостолы прекрасно знали непрочность мира: «*Ибо когда будут говорить: “мир и безопасность”, тогда внезапно постигнет их*

пагуба...» (1 Фес. 5, 3). Значит, искусство войны, искусство боя – неотъемлемая часть христианского мировоззрения.

Наивно представление о том, что войну можно изжить точно так же, как разного рода гуманисты рассчитывают изжить зло на земле и обеспечить людям гарантированную безопасность. Как глубоко верующий человек, Федор Достоевский противопоставляет этой вредной наивности христианскую эсхатологию: *«До Христа и не перестанет война, это предсказано»*.



Точно ту же неизбывность войны видит и русский философ Николай Бердяев, для которого война связана с обострением эсхатологических чувств и потому именно в войне проясняется религиозное оправдание истории, ее трагизма: *«Христианские апокалиптические пророчества не говорят нам о том, что под конец не будет войн, будет мир и благоденствие. Наоборот, пророчества эти говорят о том, что под конец будут страшные войны. Апокалиптическое чувство истории противоречит вечному миру»*.

Для Достоевского война есть противопоставление отвратительным явлениям «загнившего» общества: *«Теперешний мир всегда и везде хуже войны, до того хуже, что даже безнравственно становиться под конец его поддерживать, нечего ценить, совсем нечего сохранять, совестно и пошло сохранять»*. *«Не всегда надо проповедовать один только мир, и не в мире одном, во что бы то ни стало, спасение, а иногда и в войне оно есть»*. *«Поверьте, что в некоторых случаях, если не во всех почти (кроме разве войн междоусобных), - война есть процесс, которым именно, с наименьшей тратой сил, достигается международное спокойствие и вырабатываются, хоть приблизительно, сколько-нибудь нормальные отношения между нациями. Разумеется, это грустно, но что же делать, если это так. Уж лучше раз извлечь меч, чем страдать без срока. И чем лучше теперешний мир между цивилизованными нациями – войны? Напротив, скорее мир, долгий мир зверит и ожесточает человека, а не война. Долгий мир всегда родит жестокость, трусость и грубый, ожирелый эгоизм, а главное – умственный застой»*. В войне воссоздаются внутренние причины национального единства и оправдания государственной иерархии: *«Война есть повод массе уважать себя, призыв массы к величайшим общим делам и к участию в них… Правом умереть за выгоды отечества, всех, самые низшие возвышаются до самых высших и становятся им равными как человеки»*. Не то же ли происходит в додзе, где

своеобразное братство не признает чинов и званий и дает каждому свою оценку по части боевых искусств?



Отец Валентин Свенцицкий – один из ярких церковных публицистов 10-20-х годов XX века, принявший сан священника в сентябре 1917, писал: *«Христианство принципиально войны не отрицает. Не всякая война является злом с христианской точки зрения. Может быть такая война, благословить которую не только есть "компромисс", а прямой долг Христианской Церкви»*.

«Война — священное дело для тех, кто предпринимает ее из необходимости,— обращался к верующим во время войны с фашистами митрополит Ленинградский Алексей, — *в защиту правды... Берущие оружие в таком случае совершают подвиг... и, приемля раны и страдания и полагая жизнь свою за однокровных своих, за Родину идут вслед мучеников к нетленному и вечному венцу»*.

Пацифизм чужд православному мировоззрению. Иначе не было бы ни православного Царства, ни православной Империи. Но если так, то что есть для гражданина подготовка к войне? Конечно, она включает множество компонентов, которые преподносятся ему обществом в системе воспитания и образования. Конечно, будучи призванным в армию, гражданин получает некоторые навыки. Но в армии служат далеко не все, а полученные навыки быстро забываются. Следовательно, добровольное обращение к воинским искусствам является естественным шагом для православного патриота. При неразвитости национальных школ боевых искусств обращение к опыту других народов, опыту восточных мастеров - дело естественное и желательное, не более опасное для нравственного здоровья, чем многое из того, чем современному человеку приходится заниматься ежедневно.

Важно помнить, что *«воцерковить можно все, кроме греха»*. Поэтому нет противоречия между восточными боевыми искусствами и Православием.

Фактор меча

В начале XX века в споре столкнулись две непримиримые концепции отношения к насилию: великого русского писателя Льва Толстого и молодого философа Ивана Ильина, ставшего в дальнейшем одной из самых заметных фигур в русской философии. «Непротивление злу насилием» получило от общества презрительное имя «толстовщины», а сам писатель, впавший к концу жизни в нездоровое морализаторство, отошел от православной Церкви. Напротив, Иван Ильин со своей книгой «Противление злу силою» отразил позицию православного верующего: *«физическое пресечение и понуждение могут быть прямою религиозною и потриотическою обязанностью человека».* Убежденный борец со злом должен продумать *«функцию отрицающей любви, и в особенности функцию меча».* Назовем это «фактор меча» - обязанность применения силы оружия ради спасения, но вплоть до убийства носителя зла.



Непротивление злу силой потакает злодею, утверждает Иван Ильин. Но он видит и опасности увлечения насилием: *«В силу закономерной связи между физическим и психическим составом человека все телесные напряжения и движения внешней борьбы (толчок, удар, связывание, действие холодным или огнестрельным оружием и т.д.) неизбежно, хотя иногда и незаметно, вызывают в душе в виде отзвука или реакции весь тот ряд враждебных или даже озлобленных порывов и чувств, которые необходимо бывает гасить и обезвреживать впоследствии и притом именно потому, что в момент борьбы они бывают целесообразны. Как бы ни был добр и силен в самообладании человека, но если он вынужден к преследованию и аресту злодея, к разгону толпы или участию в сражении, - то самый состав тех действий, к которым он готовится (напр., рубка манекена, изучения японской борьбы) и которые совершает (напр., преследование с полицейскою собакою, атака в конном строю), легко будит его страсть, вводит его в ожесточение, дает ему особое наслаждение азарта, напояет его враждою, бередит в нем свирепые и кровожадные чувства».*

Заметим, здесь нет никакого особенного православного контекста, а «японская борьба» сама по себе не замечается как нечто, растравливающее страсть к насилию. Нет, в целом сопротивлению злу силой подвергает человека угрозе, тяготит его ко греху. Растравленные чувства необходимо гасить, уравновешивать. Но не тем ли – созданием определенных барьеров – заняты те, кто занимается боевыми искусствами? Ведь подавление спонтанной (неконтролируемой) агрессивности – одна из общеизвестных

задач подготовки бойца. В этом современные восточные боевые искусства выглядят выгоднее, чем, скажем, бокс.

Николай Бердяев, обличая большевиков, писал: «*Ваш пацифизм есть отрицание зла, нежелание знать зло, желание устроиться со злом так, как будто бы зла нет. И потому, никогда вы не достигнете ни всемирного братства, ни вечного мира. Пацифизм ваш окончательно истребляет рыцарские начала, рыцарски-воинствующую борьбу со злом». «Война говорит о самобытной исторической действительности, она дает мужественное чувство истории. Пацифизм есть отрицание самостоятельности исторической действительности и исторических задач. Пацифизм подчиняет историю отвлеченному морализму или отвлеченному социологизму. Он срывает историю до её духовно-реального конца»*.



Достоевский, с неприязнью относившийся к рыцарству, оценивал духовный аспект войны почти точно таким же образом, говоря, *что «без крови и войны загниет человечество»*.

Русский философ-монархист Лев Тихомиров продолжил мысли Достоевского, выступавшего против «дотолстовской толстовщины», указывая на опасные тенденции общественного сознания в период русско-японской войны, аналогичные тем, которые были за четверть века до того в период русско-турецкой войны: *«Размягченное состояние умов, дряблость чувства, отвращение от всякого напряжения энергии вообще, какое-то "обабленное" настроение, создали почву для принципиального отрицания всякого действия "силой", и, в частности, отрицание войны, в резкой дисгармонии с запросом истории на мужскую доблесть. Хуже всего то, что эта рыхлая псевдогуманность, отрицание силы и активности, стали уже достоянием многочисленных слоев среднеобразованной толпы. Пока антисоциальная идея остается личным парадоксом взбалмошного, или даже гениального, ума, - беда не велика, и из парадокса может даже сверкнуть какая-нибудь искорка действительной истины. Но когда антисоциальная идея становится верованием толпы, - она делается опасной. Толпа не знает многогранности истины. Если среднее общество упрется лбом в какую-нибудь фальшь, то уж потом разве какие-либо страшные бедствия способны снова вразумить его. Это внутреннее опустошение ума и чувства опаснее всяких внешних вражеских нашествий". "Вера в то, будто бы война есть "зло" и "варварство", распространилась в среднем образованном обществе до того, что доросла до несокрушимой пошлости. Со всегдашней*

нетерпимостью опошленного верования, это отрицание войны стало уже воинствующим и готово забрасывать камнями всякий проблеск сознания всей важности "войны"...».

Сущность войны состоит не в убийстве и не в торжестве зла. Даже напротив, война вскрывает спрятанное зло и предоставляет человеку ясный выбор между добром и злом. Вялость и дряблость содействуют злу – это ясно



показывает война: «*в войне - самой даже вредной и безнравственной - есть всегда один такой элемент, который сам по себе хорош и которого нет во вредном и безнравственном мире. Это именно элемент силы, активности, способности к борьбе. Между тем вся жизнь человека есть борьба. Способность к ней, это - самое необходимое условие жизни. Конечно, силу и активность можно направить не только на добро, но и на зло. Но если у какого-либо существа нет самой способности к борьбе, нет силы - то это существо ровно никуда не годится, ни на добро, ни на зло. Это нечто мертвенное. А для человека нет ничего противнее смерти, отсутствия жизни. Зло - безнравственно; но пока человек имеет силу, жизнь, то как бы вредно она ни была направлена, все-таки имеется возможность и надежда пересоздать злое направление и направить данную силу на добро. Если же у человека нет самой жизненной силы, то это уже почти не человеческое существо. Никаких надежд на него возлагать нельзя. Если же он, своей мертвенностью, заражает, сверх того, и окружающих, то не может быть на свете ничего более вредного и противного. В дурном мире - именно это и происходит, а в самой плохой войне никак не может быть. Когда идет война, мы видим пред собой все-таки живых людей, и, если это даже разбойники, то, по крайней мере, не трупы. Из двух зол - все же лучше первое».*

Лев Толстой силой своего писательского таланта далеко превзошел свои способности философствования и нравоучения. Один из любимейших его героев князь Андрей Болконский говорил перед Бородинской битвой, казалось бы, страшные слова. *«Не брать пленных, - продолжал князь Андрей. - Это одно изменило бы всю войну и сделало бы ее менее жестокой. А то мы играли в войну - вот что скверно, мы великодушничаем и тому подобное. Это великодушничанье и чувствительность - вроде великодушия и чувствительности барыни, с которой делается дурнота, когда она видит убиваемого теленка; она так добра, что не может видеть кровь, но она с аппетитом кушает этого теленка под соусом. Нам толкуют о правах войны, о рыцарстве, о парламентерстве, щадить несчастных и так далее. Все вздор. Я видел в 1805 году рыцарство, парламентерство: нас надули, мы надули. Грабят чужие дома, пускают фальшивые ассигнации, да хуже всего - убивают моих детей, моего отца и говорят о правилах войны и великодушии к врагам. Не брать пленных, а убивать и идти на смерть! Кто дошел до этого так, как я, теми же страданиями... Война не любезность, а самое гадкое дело в жизни, и надо понимать это и не играть в войну. Надо принимать строго и серьезно эту страшную необходимость».*



Боевые искусства, - в этом не может быть никаких сомнений, - учат защищать, быть может, даже убивая. В них – память о войне, которую нельзя забывать. Ни жертвы, ни подвиги, ни героев, ни трусов. Сюжетные образцы прошлого, которые становятся опорой любой полноценной личности, так или иначе связаны с «фактором меча», со «страшной необходимостью», в которую может ввергнуть человека война или даже столкновение с очевидным и агрессивным злом, намеренным сломать и унизить человека в мирной жизни.

Лев Толстой от осознания ужаса войны пришел к призыву не участвовать в ней ни под каким видом. Но его литературные герои – участники войны, идущие на убийство в защиту Отечества, своего дома, своей семьи. Они – не ангелы, они могут заблуждаться и ожесточаться войной. Но есть и путь искупления, который никогда не закрыт для православного человека. Толстой-художник это увидел, Толстой-моралист – забыл. С помощью Толстого-писателя и Ильина-философа мы помним «фактор меча». С ним и приходим в додзе – не как жаждущие сменить

Родину и национальность, а как дети своего Отечества, продолжатели рода своих православных предков.

Спаси и сохрани!

Войны, в которой участвовала Россия в XX веке, каждый раз ставили проблему преодоления привычки к миролюбивой проповеди. Всепрощение и «не убий!» не сочеталось с задачей достижения победы над врагом. Смирение воинственности в мирное время не подходило для времени военного – когда зло невозможно было усмирить иначе чем силой. И тогда вспоминались учения отцов Церкви.



Св. Афанасий Великий, епископ Александрийский (IV в.) в одном из Посланий указывает: *«непозволительно убивать; но убивать врагов на брани законно, и похвалы достойно. Тако великих почестей сподобляются доблестные во брани, и воздвигаются им столпы, возвещающие превосходные их деяния»*. При этом православная традиция все же требует духовного очищения в случае убийства на поле брани.

Преподобный Иосиф Волоцкий (XV в.) говорил: «*Если и убьёт кто по воле Божией, то всякого человеколюбия лучше убийство то. Если же и пощадит кто вопреки воле Божией, то страшнее всякого убийства будет та пощада*».

Во все века христолюбивые воины благословлялись у своих пастырей не для того, чтобы разводить дискуссии с врагом, а чтобы убивать. Сергий Радонежский благословил Дмитрий Донского на битву с полчищами Мамая, зная, что быть на Куликовом поле страшным убийствам. Православные пастыри служили по Требнику «Чин освящения воинских оружий», чтобы защищать, пусть даже убивая. Поэтому нелепостью можно считать как-то попавшее на телеэкран напутствие священника отбывающим в Чечню спецназовцам: не убий!

Преподобный Серафим Саровский (XIX в.) говорил: «*Даст Господь полную победу поднявшим оружие за Него, за Церковь и за благо нераздельности Земли Русской. Но не столько и тут крови прольётся, сколько тогда, как когда правая, за Государя ставшая сторона получит победу и переловит всех изменников, и предаст их в руки правосудия. Тогда уже никого в Сибирь не пошлют, а всех казнят, и вот тут-то ещё больше прежнего крови прольётся, но эта кровь будет последняя, ибо после того Господь благословит люди Своя миром и превознесёт рог Помазанного Своего, благочестивейшего Государя Императора над землёю Русскою*».



Казнь изменников, казнь по суду, таким образом, является делом праведным – во спасение Земли Русской. И только в таком ключе и следует понимать христианское смирение перед волей Божией.

Николай Бердяев писал об убийстве на войне: «*...физическое убийство во время войны не направлено на отрицание и истребление человеческого лица. Война не предполагает ненависти к человеческому лицу. На войне не происходит духовного акта убийства человека. Воины — не убийцы. И на лицах воинов не лежит печати убийц. На наших мирных лицах можно чаще увидеть эту печать. Война может сопровождаться убийствами как актами духовной ненависти, направленной на человеческое лицо, и фактически сопровождается такими убийствами, но это не присуще войне и её онтологической природе. Зло нужно искать не в войне, а до войны, в самых мирных по внешнему обличию временах. В эти мирные времена совершаются духовные убийства, накопляются злоба и ненависть. В войне же жертвенно искупается содеянное зло. В войне берет на себя человек последствия своего пути, несет ответственность, принимает всё, вплоть до смерти*».

Вопреки бюргерской безопасности, «спасающей животишки» (Достоевский) и подсказывающей: «не убий, да неубитым будешь», христианская нравственность ищет смысл в действии – даже в таком страшном, как убийство. Отец Валентин Свенцицкий писал: «*Совершенно ясно, что под убийством, запрещенным Богом, разумеется такое убийство, которое было выражением злой воли человека, - его “нелюбви” к ближнему. Христос, расширив понятие “ближнего”, включив в него и “врагов”, естественно, расширил и понятие заповеди “не убий”. Но, однако, расширил все же на основе принципа любви. Убийство и с христианской точки зрения осталось грехом исключительно как нарушение всеобъемлющей заповеди о любви к ближним.*

В убийстве всегда полагается цель: “уничтожение человеческой личности”. На войне целью является победа, а уничтожение жизни далеко не всегда обязательное средство для достижения этой цели. ...Если “убийство” грех, потому что нарушает заповедь о любви, то тем более только та война грех, которая нарушает этот высший принцип любви. Другими словами: не всякая война грех, а лишь та война, которая преследует злую цель, ибо моральное значение войны определяется тем, во имя чего стремятся к победе».



Русский военный теоретик Антон Керсновский справедливо отмечал: «*Будучи народом православным мы смотрим на войну как на зло — как на моральную болезнь человечества — моральное наследие греха прародителей, подобно тому, как болезнь тела является физическим его наследием. Никакими напыщенными словесами, никакими бумажными договорами, никаким прятаньем головы в песок, мы этого зла предотвратить не можем. (...) А раз это так, то нам надо к этому злу готовиться и закалять организм страны, увеличивать его сопротивляемость. Это — дело законодателя и политика*».

Православная традиция милостива лишь к поверженному врагу и вовсе не отрицает убийства как такового. «Не убий!» - заповедь ветхозаветная, останавливающая дикие нравы древнееврейской общины времен Моисея, для закрепления которой казнь преступника была допустимой и желательной. «Не убий!» - заповедь внутри общины единоверцев, где утвердился хоть какой-то нравственный порядок, и это более высокая степень солидарности в сравнении с языческим «око за око, зуб за зуб».

Случайно попавшиеся мне на глаза статистические данные о жизни Калужской губернии в конце XIX века свидетельствовали, что на всю губернию в год было учтено умышленных убийств менее десятка. Сегодня столько убийств регистрируется на один небольшой поселок Калужской области. В этом смысле деградация нравов, можно сказать, погрузила нас в ветхозаветные времена.

И все же глубже осмыслить отношение православия к убийству позволяет заповедь «Спаси и сохрани», перед которой прямолинейная трактовка «не убий» затухает. Убийство во спасение возможно, а иногда – и необходимо, нравственно обязательно.

Правда православия не жестока, но и не бессильна. И в этом смысле приобщение русских к иным религиям ради «раскрепощения» некоей воинственности, будто бы скованной в русской национальной традиции, опасно духовным саморазрушением – впадением в дохристианское языческое варварство, где убийству и жестокости в отношении не только врага, но и просто чужого не было пределов.

Заметим, что пацифизм учения создателя системы айкидо Морихэя Уэсибы, кажется, и вовсе не должен побуждать к занятиям боевым искусством, но только к гимнастике, создающей телесную и духовную гармонию. Но это видимость. Учение мастера – это вершина его творчества. Сходу запрыгнуть на эту вершину, не проделав длительного пути, невозможно. Это вершиной у ее подножия можно только любоваться, а путем мастера можно идти только через тяжкий труд.

Помни о смерти

Боевые искусства в восточной традиции неотделимы от аристократической образованности: меч и кисть, меч и книга, искусство боя и искусство стихосложения – всегда рядом. Но еще ближе боевое искусство к философии. Бой происходит на грани жизни и смерти. Искусство боя связано со знанием этой грани – с мыслью о смерти. С тем же напрямую связана и философия. Сократ говорил: «любой захваченный философией занимается одним: умиранием и смертью». Зенон Элейский, изобретатель диалектики и тираноборец, определил философию как презрение к смерти.



«Пока думаешь о смерти, не согрешишь» - такую мудрость мне довелось услышать в отдаленном монастыре. Но ведь о том же понуждает думать и освоение боевых искусств! Не только в порядке заимствования самурайской этики, но даже в самом примитивном понимании ограниченности применения боевых навыков в реальных ситуациях жизни.

Бердяев писал: *«С войнами связано героическое в истории. Я видел лица молодых людей, добровольцами шедших на войну. Они шли в ударные батальоны, почти на верную смерть. Я никогда не забуду их лиц. И я знаю, что война обращена не к низшим только, а и к высшим инстинктам человеческой природы, к инстинктам самопожертвования, любви к родине, она требует бесстрашного отношения к смерти»*.

Бесстрашие перед лицом смерти не изобретено самураями. Русская традиция знает, что такое воинский дух, что такое подвиг, самоотвержение. Эта традиция настолько мощная, что приобщение к ней восточных боевых искусств не в состоянии ее потревожить. Даже пороки власти, заменившей страсть советских чиновников к орденам на страсть к титулам (включая титулы мастеров боевых искусств), не унизят русской воинской традиции. Эти пороки служат скорее поводом для насмешек, чем для мрачных обличений.

Секты, которые проникают в Россию под видом боевых искусств, безусловно, опасны. Особенно, когда они попадают под покровительство высших чиновников. Мы знаем печальный опыт АУМ Синрике, секты Муна, Свидетелей Иеговы, кришнаитских группировок и т.д. Но наносимый ими ущерб не так велик, в сравнении с разорением страны самой властью. Ее благосклонность к сектам – следствие морального упадка власти. Россия спасется от него только возвращаясь к своей традиции – к православной вере во всей ее мощи неприятия зла.

Мы можем с интересом изучать японскую или китайскую культуру. Можем, например, изумляться «подвигам» культурного героя Японии принца Ямато, который первым свои деянием удушим собственного брата-

близнеца, а потом оторвал ему конечности и разбросал в разные стороны. Но с не меньшим любопытством мы можем изучать и подобные же ритуалы скифских жертвоприношений богу войны Арею. Разве что творились они более тысячи лет до подвигов японских культурных героев. Всерьез принимать подобные исторические факты или легенды в качестве основы собственного духовного роста вряд ли придет в голову морально здоровому человеку.

Для православного человека о смерти следует помнить и знать ее внезапность ее наступления. Здесь православная этика смыкается с опытом восточных боевых искусств. Христианство призывает к подвигу, переступающему не только через смерть, но и через мысль о личном духовном спасении. *«Кто хочет душу свою, жизнь свою сберечь — тот потеряет ее, а кто потеряет ее в добровольном подвиге ради Христа и Евангелия, ради любви к Богу и ближним, тот сбережет ее» (Марк, VIII, 35).*

Пожалуй, для мастеров боевых искусств эта, впитанная настоящими русскими с молоком матери нравственная максима, может быть и источником вдохновения и опорой в воспитании молодых бойцов – защитников Отечества.

Литература

Кодекс Бусидо. Хагакурэ. Сокрытое в листве. – М.: Эксмо, 2004.

Мусаси М. Книга Пяти колец: Трактаты. – СПб.: Азбука-классика, 2004.

Японская мифология: энциклопедия. – М.: Эксмо, СПб.: Мидгард, 2004.

Успенский М.В. Самураи восточной столицы/ История преданных вассалов. И. Куниёси и японская гравюра 1840-х годов. – Калининград: Янтарный сказ, 2005.

Равина М. Последний самурай, М.: Изд-во Эксмо, 2005.

Заключение

Часто приходится встречаться с суждениями: да что там каратэ! Какое еще каратэ! Мол, все это «танцы», а по-настоящему боевое искусство, это когда сразу «бьют в кость». Действительно, бывает, что преподают «танцы». Но бывает и наоборот: совсем не танцы. И проверить несложно. Достаточно понаблюдать за тренировкой или провести учебный спарринг. Или посмотреть, как ученики могут бить в макивару.

В отличие от спортивных дисциплин, традиционное каратэ (не спорт, а боевое искусство), проверить на состоятельность сложно: спорт изымает из каратэ самое главное. Боксер всегда вынужден выходить на ринг и доказывать, что в его школе подготовка качественная. А вот для каратэ государство не учредило никаких общих норм. Поэтому о квалификации учеников могут судить специалисты: каждый в меру собственной подготовки. А вот профаны судить не должны, хотя и очень хотят. И судят, увлекаясь пустым злословием, никогда не рискуя проверить свои обвинения, придя в додзе. Эти люди свои знания о каратэ черпают из досужих домыслов. И слушать их нет никакого резона.

Грозные призывы «бить в кость» происходят не от глубокого ума и не от стабильной психики. Скорее всего, их авторы либо уже до того наполучали «в кость», что их способность к мышлению стала весьма ограниченной. Или вообще не имеют отношения к боевым искусствам или спортивным единоборствам, а дают рекомендации другим. Заодно самих себя убеждая в собственной «крутости». На поверку такая «крутость» бывает либо у людей, которые сами всего боятся, либо у тех, кто вкусил «крови» в боях без правил, и в скором времени придет к тяжелейшим травмам и прекращению занятиями единоборствами на всю оставшуюся жизнь.

Бой от мордобоя отличается тем, что бой ставит вопрос жизни и смерти. А мордобой не ставит даже вопроса о спортивном мастерстве. Если вы смотрите бокс и слушаете комментарии, то можете заметить, что поведение на ринге часто оценивают двояко: боец либо боксирует, либо дерется. Оба варианта применимы: «против боксера - дерись, против драчуна – боксируй». Но это выбор тактики. Мордобой уличный никакого стиля не образует и никакого боевого мастерства не создает. Это дело грязное, и заниматься им по доброй воле могут только люди с нечистой совестью – преступники. Иногда, впрочем, артисты от БИ привлекают на свои платные занятия именно тем, что пропагандируют бесстильные кровавые драки.

Кто любит мордобой, заканчивает свои занятия БИ довольно быстро – как только кончится здоровье. Один из моих знакомых, например, насмотревшись кино, стал «тренировать» лоу-кик, набивая его о бетонную колонну. Выключился потом из тренировочного процесса на полгода - от воспаления надкостницы. Да и потом толком не мог тренироваться, поскольку нога опухала вследствие нарушенного кровообращения. Преподавание боевых искусств – это подготовка бойцов, а не калек. Даже

если эти калеки в какой-то момент становятся чемпионами на каком-нибудь ринге. Об этом иногда забывают.

Мелкие травмы, полученные в спаррингах, могут быть полезны – они учат осторожности, а также привычке к боли. Поэтому и жесткие спарринги могут быть полезными, но если они практикуются редко и под внимательным наблюдением наставника, который точно знает, где вред от такого спарринга перевесит пользу. Ведь залечивать травмы придется, возможно, неделями и месяцами.

Некоторых привлекает ярость поединка. Иные даже готовы считать партнера по спаррингу врагом. И считать, что от него исходит реальная опасность. И здесь опасно заиграться и даже заболеть психически – расширить сферу вражды даже на бытовые ситуации, где конфликт может разрешиться без всяких боевых искусств, а опасность вовсе не исходит от каждого прохожего. Одно дело – игровой спарринг, другое – стремление партнера непременно сломать. Эту дурную наклонность наставник должен либо пресечь, либо посоветовать неуравновешенному человеку заняться каким-то другим, менее опасным, делом.

Помимо технической подготовки, есть еще и психологическая. Она важна и для уличной драки, где, бывает, техника отступает на второй план. А вперед выходит уверенность в себе. При этом контролируемая и умная уверенность развивается вовсе не только в бою. Это комплексная характеристика личности, а не одна лишь боевая. Но в процессе тренировок она проходит становление, если в личности к этому есть задатки. Есть еще готовность к боли, способность терпеть боль. При этом боль может быть вовсе не только от ударов (и лучше бы, чтобы не от них), а от физических нагрузок. Терпение – вообще ключ к любым тренировкам. Готовность повторять тысячу раз одно и то же движение, постоянно контролируя те недостатки, которые постоянно проявляются и должны быть замечены сэнсэем. Здесь нужна и концентрация внимания.

Ко всему, что нарабатывается в тренировочном процессе, необходимо первичное в любом боевом искусстве умение – умении бить кулаком в мишень (пусть это будет пока что макивара). Удар невозможно заменить никакой уверенностью в себе, никаким мужеством. Это минимальное «оружие», с котором начинаются все боевые искусства.

Внешне разумно смешливое суждение: автомат Калашникова – лучшее боевое искусство. Но с автоматам по улицам ходят только некоторые – кому закон разрешает. Да и те далеко не всегда в опасных ситуациях оказываются способны применить оружие. Если уповать на АК, то вопрос о БИ отпадает. Тогда остается учиться стрелять – и все. Но почему-то спецподразделения любых армий работают над БИ – без оружия, с холодным оружием, с огнестрельным оружием. Почему? Потому что подготовка воина – это комплексная задача. Безоружный поединок – это подготовка к реальному бою с оружием.

Еще одно суждение, весомое для людей неопытных и неосведомленных. Якобы, каратэ не понять без неких «духовных практик».

Это чепуха! Каратэ – это и есть духовная практика, которая передается через физические упражнения. Причем вовсе не японская, а универсальная. Такая же практика встречается в боксе, в различных видах борьбы. Единоборства в целом, БИ в целом обладают духовной составляющей, которая отдельно от них существовать не может. Можно сказать, что это – Путь воина.

Помимо каратэ существуют другие системы боевых искусств. И в самом каратэ существуют разные методики. Главное, что существенный результат достигается там, где есть методики. И на высшем уровне мастерства методики начинают перекликаться, и мастера одних видов БИ зачастую пробуют методики других БИ.

Например, шотокан-каратэ-до предполагает атаку с дистанции мощными ударами и короткими сериями, цель которых – быстрое завершение поединка решающим ударом. При этом переход к бросковой технике затруднен (стремительное передвижение не всегда позволяет занять устойчивую позицию, необходимую для броска) или не нужен (если удар достиг цели, то вместо броска проще просто проводить добивание). В других боевых стилях, напротив, ставка делается на короткую дистанцию, многоэлементные комбинации с легкими ударами. В боевом самбо и джиу-джицу бросок и борьба в партере выглядят эффективнее ударной техники. Свести эти концепции в нечто общее непросто или даже ненужно. Поэтому в смешанных единоборствах есть «ударники» и «борцы». На высшем уровне мастерства обе техники выстраиваются в зависимости от ситуации. Так, в поединке Емельяненко-Монсон (2011), наш прославленный чемпион предпочел вообще не бороться и достиг победы ударной техникой. Хотя по исходной подготовке он борец-самбист, и немало побед одержал болевыми приемами.

Кончено, можно себе представить множество «смешанных» тактических стилей на основе сокращения дистанции атаки и развития ее в стиле самбо-дзюдо с элементами айкидо. Но при этом сама наработка ударных комбинаций и последующих захватов требует значительного времени. Поскольку такие комбинации должны развиваться интуитивно, меняя последовательность элементов в процессе развития атаки. Все это интересно, но для высших уровней мастерства. А начинать надо с какого-то определенного стиля, постепенно поднимаясь к вершине, которая для всех видов боевых искусств одна.

Серьезное непонимание может возникнуть при наблюдении за спаррингами в том и другом случае. Спарринг каратэ может показаться слишком условным. Таковым его делает либо учебный характер кумитэ (при большой разнице в подготовке более сильный партнер может давать более слабому провести его комбинацию) либо щадящий подход к кумитэ (принцип «ударил-убил» для тренировок, очевидно, не подходит). В стилях, где значительную роль играет борцовская техника, спарринг непременно также будет иметь много условностей – имитационные удары и заломы, уступки партнеру, чтобы он мог провести комбинацию до конца, общее снижение скорости и жесткости ударной и блоковой техники. Условности

есть везде, а отсутствие условностей – либо удел очень узкого слоя «гладиаторов», которые на потребу публике гробят свое и чужое здоровье в «боях без правил», либо очень короткого периода увлечения мордобоем – до первой серьезной травмы.

Борцовская практика для каратэ дала мне немало. И это говорит о том, что нет изолированных систем подготовки в боевых искусствах – все они взаимодополняются. Например, рисунок боя с элементами борцовской техники очень интересен для каратэк. Путь он скорее годится для упреждающих действий в начале реального боя, когда ударная комбинация противника находится еще только в зачатке. Вовремя «спеленать» руки противника, зайти за спину, успеть заломить еще не закрепленную мышечным напряжением руку – очень полезное умение. В особенности, когда оно сопровождается «тонкими» элементами – болевыми на палец, «расслабляющими» партнера ударами по корпусу в зазорах между различными фазами техники, неожиданными выведениями из равновесия. Можно сказать, что на короткой дистанции и на еще не готовом к полному сопротивлению противнике эта техника проходит идеально. В то же время, при скоростных и мощных ударах заплести руки противника и даже взять их в захват представляется нереальным. Нереально перехватить не только руку, но и бьющую ногу, если удар натренирован и подготовлен тактически – приходит от опытного противника. Техника блоков также крайне ограничена против комбинаций ударов. Против быстрой и мощной атаки необходимы уклоны, подставки, контратакующие ударные действия.

Многие болевые приемы в стойке на ближней дистанции становятся возможны лишь при вялом поведении противника (например, когда он шокирован мощным ударом), либо в условиях контратаки, когда противник «провалился» - замешкался при переходе от фазы атаки в фазу обороны и не разорвал вовремя дистанцию или вовремя не отступил, реагируя на атаку.

Соединение двух техник – ударной и борцовской, видится возможным только как адаптация ударных комбинаций и заключительной фазы атаки в виде броска или болевого приема. Момент, когда противник «поплыл» или на долю секунды «выключился», может быть использован для «вязки» рук, залома и броска. Также бросковая техника должна быть освоена для ситуаций, когда ударная техника затруднена (захваты), а также при продолжении боя в партере.

Напоследок хотелось бы сказать читателю: полнота жизни следует из мировоззрения. Мировоззрение должно верно ориентировать и балансировать личные устремления и коллективные (групповые, социальные, национальные) интересы. В мировоззрении ключевые понятия: свобода и справедливость. Свобода – это не снятие всех барьеров, а самоограничение в коллективе, которое умножает возможности этого коллектива – приращивает общий потенциал свободы. Так происходит, когда создают войско, когда жертвуют собой в интересах нации. Справедливость – это вовсе не равномерное распределение различных благ. Справедливость – это равное для равных и неравное для неравных. Равенство перед законом – это

неравенство во всем остальном. Люди неравны от рождения, они не равны сами себе в разных возрастах и обстоятельствах жизни. Поэтому справедливость – это неравное распределение разного вида ресурсов сообразно общим целям коллектива. Кому больше дано, с того больше и спросится – это оборотная сторона, когда справедливое распределение ресурсов оборачивается справедливой мерой ответственности: больше.

Над понятием о свободе и справедливости стоит понятие об Истине. Ключевой целью для человека, коллектива, человечества в целом является самосовершенствование – приближение к Богу, богоподобие: «Будьте совершенны как Отец ваш Небесный». Свобода и справедливость верно поняты только если эта цель продумана, прочувствована и усвоена – привязана к Истине.

Все это имеет прямое отношение и к боевым искусствам, которые не могут быть просто набором физических кондиций, приобретенных на тренировках. Вместе с качествами бойца должно усваиваться и верное мировоззрение.

В любой мировой религии можно интерпретировать верность набора установок в жизни и в додзе:

1. Правильное Мышление
2. Правильная Сосредоточение
3. Правильная Вера
4. Правильное Решение
5. Правильное Усилие
6. Правильная Речь
7. Правильное Действие

Точно так же культура мирового уровня, цивилизация как самое масштабное явление мировой истории, вносят в жизнь личности определенные интерпретации принципов, обращающих человека к самому себе.

Набор принципов, которые каждый должен продумать сам, таков:

1. Самоконтроль
2. Храбрость
3. Вера
4. Воздержанность
5. Честность
6. Концентрация
7. Чистота
9. Скромность
8. Альтруизм
10. Любопытство
11. Настойчивость
12. Благодарность

Автор желает читателю помнить о том, что свойственно культуре его предков и должно быть нормой жизни в современности: уважение к старшим и благосклонность к младшим, согласие с друзьями и соратниками, любовь к

людям, защита слабых, преданность и скромность, уверенность и надежда. В русской культуре, в русских традициях все эти принципы есть. И их можно применительно к боевым искусствам назвать «Русским кодексом бусидо» - Кодексом русского воина, по-настоящему русского человека.